Reggimento PER VIVER SANO NE I TEMPI CALDI;

Posto in Luce da

LVC'ANTONIO CAMAFFI Filosofo, e Medico Collegiato Perugino, & professore di Theorica di Medicina nel almo Studio di Perugia.

Con doi Tauole vna de Capitoli e l'altra delle cose notabili.

IN PERVGIA, nella Stampa Augusta.
Con licenza de' Superiori. 1610.

ALL'ILLVSTRISSIMO ET REVERENDISSIMO SIGNORE

Il Signor

CARDINALE BEVILACQVA

Auendo tra me medesimo più volte considerato Illustrissimo, & Reuerendissimo Signor Cardinale, quanto sia più glorioso, e celebre il saper conseruarsi la propria sanità, che perduta, cercar di racquistarla, mi cadde nell'animo (rimossa ogni ambitione, e gloria del mondo) voler trattare di quella parte di Medicina, ch'Io tengo esser principale, cioè conseruare la sanità: e certo Io cominciai con quella sincerità, e chiarezza maggiore, che il mio debole ingegno mi pose auante a gli occhi, quando io fui condotto da S. S. Illustrissima alla lettura di Theorica di medicina nell'almo Studio di Perugia, & fondatomi nell'autorità, e ragio-

ni de primi Autori di questa facultà tanto antichi, quanto moderni, mi mossi a scriuere cominciando dalla stagione estiua, come quella, che ha più bisogno di auertimenti, et è più curiosa, e nobile, & hauendola compiuta secondo il voler mio, & fatto vn libretto vtilissimo a tutti i mortali, ho preso ardire di salutare S.S. Illustrissima, & Reuerendissima, dedicãdolo ragioneuolmente sotto la sua protettione, sapendo, che essa è studiosissima di tutte le virtù, e scienze, & in particolare di questa nostra, e che a imitatione di dottissimi, & acutissimi ingegni s'ingegnaua con bel modo di proporre alle volte alcune sottil questioni, e di Filosofia, e di Medicina appresso i miei precettori in Perugia; per le qual cose di nouo dico, ardisco di consecrarle queste poche fatiche d'vn discorso sopra il reggimento del viuere sano per il tempo dell'estate ordinato in vtilità del prossimo; volendo in questo osseruare quel sententioso detto di Platone, che gl'huomini sono generati, affinche l'vno aiuti l'altro; e tanto più lo dedico a lei, come quella, che per molti anni è informata del gustoso viuere di Perugia, cioè mẽtre che ella hebbe la legatione de Latere del'ameno, e potente stato dell'Vmbria resedendo nelle forze del bellicoso Griffone, e per esperienza sà l'vtile, &

il

il piacere, che da cotal viuere se ne caua. Essendo dunque S.S. Illustrissima, & Reuerendissima cumulata d'ogni laude, & ornata di tutte le doti dell'animo, la prego a riceuere con volto allegro, e con serena fronte il parto primo del mio debole ingegno, affinche con il suo splendore, & autorità ogni giorno si vadi augumentando, e difendendo, e per concludere, S.S. Illustrissima anderà imitando Xerse Rè di Persia, il quale oltra i molti pretiosi doni, e publici, e priuati, non si sdegnò di riceuere vn piccolissimo dono d'vn pouero, il quale non hauendo, che donargli, prese con la man concaua acqua dal fiume, e gli ne fece vn presente, & esso lo riceuè, hauendo rispetto non al dono, ma all'animo del Donatore. Così faccio Io, che non potendo donarle quei degni presenti, che S. S. Illustrissima merita, ho cauato dal gran fonte di medicina, e l'acqua, & il viuer appropriato per i tempi caldi, si per sua Signoria, si come anco per tutti i Principi, e lor sudditi, e con man destra gli ne faccio vn presente, pregandola, che lo voglia accettare per vn segno, ò pegno più tosto della mia seruitù, la qual bramo di offerirle: assicurandola, che il libretto, ch'io mando in luc sotto il nome, e protettione di S.S. Illustrissima, & Reuerendissima, mi ha parso cer

tamente vtile, e curioso, oltre che non è scarso di alcuni secreti di Natura, e di belle opinioni; volendo con queste parole ricordare a S. S. Illustrissima, che non miri più al libro, che alla mia buona, e pronta volontà, c'ho hauta, & ho di seruirla, & gradischi nõ tanto l'estrinsico dono, quanto il cuore istesso, che humilmente gli si raccomanda, e con baciarle le sacrate mani perpetuamente si dedica, e le prega da nostro Signore Iddio ogni contento, & compita felicità. Di Perugia il dì 1. di Maggio 1610.

Di S.S. Illustriß. & Reuerendiß.

Humiliss. e deuotiß. Ser.

Luc'Antonio Camassi.

TAVO-

TAVOLA
DE I CAPITOLI

di vene con dire, che al tempo dell'inuerno sono calde, & di Estate sono fredde, e si adducano le cause.

Nel quinto capitolo si lodano l'acque più leggieri, proponendo molti modi di prouare, e sapere qual sia più leggiera per esser megliore in cagionare quelli effetti, per i quali la Natura l'ha create.

Nel sesto capitolo si ragiona di tre sorti di bere, dell'acqua piouana, e di sue differenze, e marauiglie, che sono occorse, e possono auuenire naturalmente secondo le congiuntioni de pianeti.

Nel settimo capitolo si tratta dell'acque di cisterne, e di lor bontà, e modi di conseruare l'acque, ò piouane, ò condotte, per schiuare alcune infermitadi, dando anco i rimedij per l'acque cattiue.

Nel ottauo capitolo si ragiona dell'acque de i pozzi, e quali siano megliori; e de i modi di render l'acqua più perfetta.

Nel nono capitolo si ragiona dell'acque de i fiumi, quali siano megliori, & in particolare si loda il fiume Teuere, eccettuando al tempo de i suoi diluui, per i quali egli è stato sempre dannoso in tutto, e per tutto.

Nel decimo capitolo si ragiona dell'acque de i Laghi, e del Mare, dechiarando quai

Laghi ſiano megliori, e perche il Mare ſia ſalſo, e non traſcenda i termini ſuoi.

Nel vndecimo capitolo ſi raccontano alcune coſe notabili circa il Mare, e ſua acqua, e come ſi poſſa far dolce artifitioſamente, eſſendo amara, e ſalſa; concludendo, perche cauſa ſia ſtato fatto ſalſo, & amaro.

Nel duodecimo capitolo ſi ragiona dell' acque minerali, da che pigliano i ſapori, e virtù, e perche ſiano buone, & per accidente ſi deſcriue il ſito, la Nobiltà, & Antichità della Città di Perugia, con alcune ſue prerogatiue; concludendo, che vi ſono più bagni nel ſuo fruttuoſo territorio.

Nel decimoterzo capitolo ſi ragiona di doi bagni medicinali poſti nel territorio di Perugia dechiarando le lor doti, e qualitadi ſingulari a gl'infermi, ſi per eſperienza, ſi per Autorità lodati.

Nel decimoquarto capitolo ſi ragiona del Fiume Teuere, e delle ſue prerogatiue, e del modo, e tempo di bagnarſi, & che vtilità preſta al corpo più volte in detta acqua il bagnarſi a i tempi caldi.

Nel decimoquinto capitolo ſi ragiona qual ſia la meglior' acqua per bere, e che l'

acqua

acqua vuol'esser proportionata allo stomaco de chi la beue, e quando è tale, ne riescano grandi vtilità.

Nel decimosesto capitolo si tratta dell' acqua piouana, e di fonti, & facendo comparatione tra queste, alla fine vien più lodata l'acqua di fonte, e per ragioni, & per autorità.

Nel decimosettimo capitolo si ragiona di quanta necessità sia il bere, & delle molte vtilità, che presta, e di quante sorti sia il bere, & quanto si ha da bere, e se la mensa debba sigillarsi con il mangiare, o beuere.

Nel decimo ottauo capitolo si ragiona della necessità del ber fresco, e si dechiara quanto vtile apporti a tutte le genti, che per tal cagione l'Autore ha cõposto l'vopra, doue anco si dechiara l' offitio del Medico, al quale gli bisogna l'ingegno, & il genio disposto per tale scienza.

Nel decimo nono capitolo si tratta di quãte sorti sia il ber fresco, e si raccontano molte vtilità, che si cauano dall' vso del ber fresco, e de i frutti rinfrescati ai tempi caldi, concludendo, che sia meglio il mangiare, e bere fresco, che non è il suo contrario.

Nel vigesimo capitolo si propongano quat-

trò modi più famosi di rinfrescare dechiarando ciascheduno di chi sia proprio.

Nel vigesimo primo si tratta del dormire, dell'hora, e come dechiarando quanto danno apporti il troppo, fuor d'hora conueniente, & la cattiua positione del corpo, e se conuiene dormire il giorno nel mezo giorno, & a chi è più lecito.

Nel vigesimo secondo capitolo si proua, che il ber fresco vsa per tutto il mondo sino nel mondo nuouo dalle cui parti ne vengano infinite droghe, e medicine ãnuatamente, e per relatione si sa, che i Nostri beuano fresco, e rinfrescato. vi si adducono anco i danni, che prouengono dal ber caldo, & i giouamenti, che effettualmente si scorgano nel ber fresco.

Nel vigesimo terzo capitolo si proua, che il ber fresco gioua a molte infirmità, e similmente l'vso dell'acqua fresca tanto di dentro, come di fuora è lodato, concludendo, che ciascheduno debba mirare la sua dispositione, e natura.

Nel vigesimo quarto capitolo si ragiona dell'vso de i frutti in particolare per i tẽpi caldi, dandone regola generale, e similmente si parla di quello, che si ha da sopra bere, e mangiando i fichi se conuiene più il vino, ò l'acqua.

Nel

ragiona, & a che fine sono fatti dalla Natura, vltimamente si loda il rinfrescare nella neue, dechirando non esser cosa conueniente a ogni vno.

Nel trigesimo primo capitolo si ragiona di quelli, i quali possano sicuramente ber rinfrescato nella neue, e di quelli che possano rinfrescare nell'acqua, o all'aria, & d'altri, che deuono ber fresco naturale, aggiungendo, che alcuni si deuono astenere dal ber fresco, & acqua con alcune suppositioni: ma a quelli, che si essercitano, si da licenza di poter ber fresco secondo la consuetudine, & vso del paese.

Nel trigesimo secondo capitolo si danno alcuni segni circa le quattro prime complessioni distẽperate per cognoscer ciascuna propria, & in gratia di sapere, se gli conuiene tal rinfrescare.

Nel trigesimo terzo capitolo si tratta dell'eccellenza del ber fresco, e rinfrescato si per preseruare la sanità, si per curare alcune infermità, e per alcuni paesi, e per chi vi ha la consuetudine, si loda il rinfrescare nella neue, e per alcuni altri paesi si approua il rinfrescare ne gl'altri modi; a gl'auersari puoi, cioè a i fautori del ber caldo l'Autore accenna il parer suo.

Nel trigesimo quarto capitolo pur si ragiona

na del rinfrescare con molte considerationi appartenenti ai virtuosi, & a chi desidera conseruarsi sano, & vltimamente si conclude il tutto, & l'autore si scusa pregando, che si pigli ogni cosa in buona parte.

Nel trigesimo quinto capitolo si conclude tutto il reggimento estiuo diuiso in sei parti secondo le sei cose non naturali, le quali sono ordinate distintamente per conseruatione della sanità per i tempi caldi, e secchi.

Sonetto

Sonetto IN HONORE DEL AVTORE E DI SVA OPRA.

D'vn fido Amico.

SCriua pur questi, e quel come gli aggrada
E sia chiaro scrittor, che sol cred'io
Che l'esser dotto induce vn gran desio
Che per andare al Ciel n'apre la strada.

Chi ciò non crede il buon CAMAFFO *vada*
Ben rimirando come è saggio, e pio
Che la gente tal hor volando a Dio.
Fa ritornar tra noi mortali a bada.

Vengan quanti fur mai huomin più rari,
Ch'ogn'vn deue approuare la sua bell'opra.
Che di brutti ne rende illustri, e chiari

Ei col valore, e col desir si adopra
Perche del viuer san la strada impari
Ciascuno, & i suoi falli ammendi, e scuopra.

Del medesimo
ALL'OPRA

CARTA gentil se mai cortese mano
In mille modi ti riuolge, e spiega
Fà, che pietà da quella non si niega,
E ch'ogni inuidia sia da lui lontano

E se mai ciglio altiero, e sopra humano
Al tuo grato parlar s'inchina, e piega,
E se l'alto intelletto udir non niega
Quel che fai chiaro in breui detti, e piano.

Dirai che quel, c'ha chiuso entro nel cuore
Foglio non chiude, e non può studio, & arte
Mostrar con voci morte un viuo ardore.

Stancar ben si può penne, inchiostri, e carte
Ma io non credo, che megliore Autore
Si troui del CAMAFFI in questa parte.

PROE-

PROEMIO ALLETTORE.

BEN che ſappiamo (benigno, & ornato Lettore) che'l fine di qual ſi voglia coſa ſia il ſuo ſommo bene, ſi come volſe Ariſtotele nel ſecõdo libro della Fiſica; eſſendo che per quello ſi facciano tutte le coſe, & per cauſa di quel-ſo ſi moua il ſuo agente: tuttauia perche non ogni fine è buono ſemplicemente, come è quello, che alle volte rieſce male, nõ dimeno, come fine, ſi dice eſſer buono in apparenza: ma non sò ſe il fine di queſto libretto ſarà buono ò apparente; hò penſato di laſciarlo giudicare non ſolo a i dotti, ma ancora a gl'idioti, poiche non ſi hà da trattar d'altro, ſe non di conſeruare la ſanità maſsime ne i più bei tempi dell'anno, & il tutto ſi dirà in gratia di quella, e però ſappiano, e queſti, e quelli, che Io mi ſon propoſto per vn poco di ſpaſſatempo, e per fug-

gir l'otio ne i giorni lunghi, e caldi dell'
dell'Estate, ritiratomi all'ombra di trattare
del reggimento, che si deue vsare l'Estate
per conseruarsi, e presseuerarsi, e principal-
mẽte si dirà dell'acqua in ordine al ber fre
sco, per essere in questi tempi cosi caldi gra
to, vtile, e giocondo, e di più ordinato, e po-
stoci auãti a gli occhi dalla Medicina, scien
za più famosa, e nobile di qual si voglia, si
per causa del suo subietto, si ancor per sua
origine, che prouiene dalla mano dell'on-
nipotẽte Iddio per benefitio del genere hu
mano; si come habbiamo nell'Eccl. al. c. 38.
A Deo est omnis medela. Altissimus creauit de terra medicinã, et vir prudẽs nõ abhorrebit illã.
Si che sappia certo ogn'vno, che è nobilissi-
ma, e che la causa finale di quella non è al-
tro, che far possedere la sanità, senza la qua-
le, come ci lasci ò scritto il dotto Hipocrate
nel libro del viuer salutifero, tutti i piaceri,
& frutti sono morti; percioche l'huomo,
che viue in questa vita priuo di sanità pos-
siamo dire, che sia infelicissimo; essendo
che l'infermitadi prohibiscano al huomo il
potersi essercitare per qualche tempo quasi
in

in qual ſi voglia virtù, ſcienza, & arte; come bene per eſperienza tutto il giorno vediamo, che i dotti, e ſapienti ſenza la ſanità non poſſano ſtudiare, i ſoldati non poſſano moſtrar le forze loro, & eſſercitar la militia, i religioſi non poſſano celebrare il culto diuino, & i Potentati, Duchi, Prencipi, Rè, & Imperatori non poſſano reggere, e gouernare conuenientemēte le loro città, republiche, e regni, eſsēdo priui di quella: ma, chi ha la ſanità, è atto ad eſſercitarſi nelle virtù morali, nelle ſcienze ſpeculatiue, nell'arti nobili, nell'arme, & in ſomma ſi può dire, che chi poſſede la ſanità poſſede ogni bene in queſta vita. La ſanità dunque è vn grādiſſimo, e ſingular dono d'Iddio, e della natura; e per che ella per diuerſi accidenti, a i quali è continuamente ſottopoſta, ſi può facilmente perdere, molto ſono da eſſere ſtimati, e commendati tutti coloro, che con la lor dottrina, eſperienza, e ſapere mediante la Diuina bōtà, che per queſto, gli ha creati, la ſanno conſeruare, & a chi l'ha perduta racquiſtarla; e tanto più

ſi deue far queſto, quanto più ſi vede la na
tura humana eſſer tanto fragile, caduca, e
ſottopoſta a tante miſerie,e calamità, che
non è momento di tempo, che reſti, e che
viui ſenza qualche afflittione, mutationi,
& alterationi,ò animali,ò corporali;e però
le ſacre lettere cātano Honora medicū,pro
pter neceſſitatem creauit .n. eū Altiſſimus;
& nel Eccleſiaſt. al cap.38. dice, non raro
artis beneficio homines a morte liberan-
tur;E che la natura humana ſia ſtata ſem-
pre ſottomeſſa a tante infermità;ce ne può
far fede quel buon vecchio Hipocrate nel
3.libro delle ſue aforiſtiche ſentēze; & poi
l'eſperienza ce lo conferma a i tempi no-
ſtri, che tutte l'età del huomo hanno le lo-
ro infermità particolari,& appropriate,co
me dire a i putti, & poco prima nati ſoglia
no venire i vomiti,le toſſe, viglie, paure,
vulceri di bocca,infiammagioni all'ombili
go, & humidità dell'orecchie;in proceſſo
poi di tempo ciò e nellò ſpuntare de i den-
ti, ſogliano venire corroſioni di gengiue,
febri,paſſion de nerui,e fluſſi,e creſciuti al-

quanto

quanto più,vengano infiammagioni di fauci, e del collo,aſma,renelle, vermi, priapiſmi, difficultà d'vrina,& altre oſtruttioni, & apoſteme;arriuati poi alla pubertà,oltre i ſodetti,ne ſogliano venire de gli altri,come febri lunghe,febri acute,e fiſſe, fluſſi di ſangue per il naſo, e per la bocca, e morbi caduci; & il ſimile ſi dice auuenire ne i giouani;arriuati poi alla virilità ſogliano diuenire alcuni aſmatici, gli ſuccedano ponture,infiammagioni di polmone, letargia, frenitide,febri ardenti,lunghi fluſſi,e ſcorrenze di ſangue,e di colera, lienteria,e morici. A i vecchi poi,oltra queſte gli vengano difficultà di reſpirare, diſtillationi con toſſe,catarri,pietre,renelle, dolori nefritici,articulari,podagra, vertigine,paraliſia, apopleſia, brutto habito di tutto il corpo, con prurito, vigilie, humidità d'occhi, e d'orecchie, e ſimilmente debolezza di viſta, e d'vdito, e finalmente per parlare cõpito,gli ſuccede ſtanchezza de tutt'i ſenſi, che già inclinano,e mancano.Eccoui dunque prouato per autorità,quanto ſia fragi-

le la vita nostra. Ma la causa di tanti mali non solo è il corso dell'età, e mutationi dei tempi, ma vi sò dire, che tanta malignità è stata posta in questo mõdo principalmente per i peccati nostri; secondariamẽte poi vengano cagionati dalla crapula ciò è dal disordine del mangiare, e del bere, tanto in quantità, quanto in qualità, & ordine; che per questo nõ vi è animale, che sogget to non sia alla miserabile corrottione: onde l'Ecclesiastico dice nel fine del cap. 37. Plures occidit crapula quam gladius; Et a poco a poco chi d' vna, e chi d' vn'altra in firmità, alcuni presto, alcuni tardo, tutti an diamo alla morte; è quãdo è arriuato il pũto, non vi e rimedio come cãta la scola Salernitana, & è la verità.

Cõtra vim mortis nõ est medicamen in hortis.

Et il Petrarcha cantò questi versi nel trionfo del tempo.

Sen volan l'hore, i giorni, gli anni, e i mesi
E n'sieme con breuissimo interuallo
Tutti habbiamo a cercare altri paesi.

E però per differire, e prolungare questa

vita quanto più ſi può, e con giocondità; fà di miſtieri ſchiuare certi diſordini da pochi cognoſciuti, circa il mangiare, & il bere, quali toccaremo ſecondo il noſtro proponimento, piacendo a Iddio; & per hora trattaremo del reggimẽto dell'Eſtate, che ſi deue oſſeruare, per mãtenerſi ſano; e prima diſcorreremo breuemente, qual ſia la megliore acqua, la natura, e qualità dell'acque, che coſa ſia il beuer freſco, a qual perſone ſia vtile, e neceſſario, e a quali ſia nociuo. Diremo anco del modo di viuere per conſeruar la ſanità, ſi come anco per medicare alcuni infermi, e mal compleſſionati; e per compimẽto del tutto nel fine dqueſto diſcorſo proporremo alcune oſſeruationi ben conſiderate per conſeruarſi ſano principalmente l'eſtate.

DISCORSO VNIVERSALE DEL MONDO.

Cap. I.

COminciando dall'vniuersale, per venir poi al particolare diciamo, che è cosa chiarissima, & ventilata da tutti i Filosofi, e passati, e presenti, che questo mondo detto da i Greci μακροκόσμος contenghi in se tutte quelle perfettioni, che può l'huomo, chiamato da i Greci μικροκόσμος con l'intelletto comprẽdere; si diuide poi in due parti principali, vna delle quali è superiore, e si chiama eterea, l'altra è inferiore, e si chiama elementare. L'eterea è chiara, semplice, risplendente, senza varietà eterna, & infinita secondo l'opinione d'Aristotele ne i libri del cielo. questa contiene in se vndeci sfere, ò cieli, sette de i quali, più vicini à noi, sono i sette Pianeti, cioè la Luna. Mercurio, Venere, il Sole, Marte, Gioue, e Saturno: l'ottauo detto il firmamento, è ornato, e dotato di varie figure, e lucentissime stelle; il nono è chiamato Christallino, il decimo

cimo

cimo primo mobile, l'vndecimo, & vltimo Cielo Empireo, cioè Ciel di Fuoco, così chiamato per il suo grande splendore; e questo solamente è immobile; & è la felice Patria de i Beati, e Diuini, alla quale l'onnipotente Iddio ci inuita, & prego, che per sua misericordia ci conceda: ne per altra causa vien detto Cielo, se non per che abbraccia, e tien celata questa gran machina del mondo. L'altra parte è questa nostra regione elementare, la quale è necessariamente congiunta con la superiore, come disse Aristotele nelle meteore, *vt inde omnis virtus gubernetur*; Et questa è continuamente tanto variabile, e soggetta a tutte l'alterationi possibili. Questa di cui parliamo fù diuisa da Aristotele nel secondo libro della generatione, e nel fine del quarto libro del cielo, in quattro elementi, terra, acqua, aere, fuoco; della mistione de i quali tutte le cose inferiori, tanto animate, quanto inanimate, si compongano, e generano. La terra è fredda, e secca, & è situata in mezo, come centro di questo mondo, immobile di figura sferica, come ben prouano gli Astrologi, e meglio i Geografi; & Aristotele nel secondo libro del cielo. L'acqua è fredda, e humida, e circonda, e bagna la terra per ogni parte; ma non la copre tutta, come si legge, che di già la coprì vniuersalmente tutta per spatio

di

di cinque mesi nel diluuio di Noè, e crebbe tãto sopra gli alti monti, che era d'altezza di quindeci cubiti; e per prima nella creatione del mondo, come si racconta nel Genesi al capitolo primo che tutti gli elementi erano confusi: onde l'Onnipotente Iddio disse nel terzo giorno della creatione; *Congregentur aquæ, quæ sub cælo sunt in locũ vnum, & appareat arida*; e detto c'hebbe, subito, e miracolosamente fu obedito, e di li a poco tempo le congregationi dell'acque le chiamò mare, & l'arida la chiamò terra, la quale Iddio volse, che fossi discoperta per dar luogo commodo, & atto al vitto degli huomini, & animali, & cosi si è conseruata, e si conseruerà sempre fin tanto, che piace al suo Creatore. E questa ancora è di corpo sferico.

L'Aere è di natura caldo, & humido, e quasi vn sottilissimo velo, e lungamente disteso amanta, e copre l'vno, e l'altro di detti elementi; & affin che non si dia il vacuo in rerum natura, riempie con il suo penetrante corpo tutte le concauità, & depressioni della terra distendendosi anco mediante la sua leggerezza sino alla superficie concaua della sfera del fuoco, il quale è caldo, e secco in supremo grado, & continuamente gira, & abbraccia l'aere, distendendosi fino al cielo della luna. Ne osta punto contra Filosofi, & Medici quel,

che

che dice il Valla nel primo de Dialogi al capitolo ſecondo, il quale tiene con qualcheduno altro, che non ſi dia il fuoco ſuperiore più toſto per diſſentire da Ariſtotele, che altro; imperoche gli argumenti, che lui fa, con dire, ſe vi foſſe, ſi vedrebbe, e ſe vi foſſe, abbrugiarebbe ogni coſa, non vagliano punto appreſſo i buon Filoſofi, i quali dicono di commun parere, che queſti non ſeguono, non eſſendo egli in materia denſa; ma ben ſemplice puro, e leggiero, e conſeruatore della natura vniuerſale, & non deſtruttore, come il noſtro, per eſſer miſto di viſcoſità, e graſſezza terreſtre. Tutti queſti corpi ſemplici ſono ſempre in continuo moto, come vediamo nell'impreſsioni, che in eſsi ſi fanno, ſolamente la terra è immobile, ſituata in mezo dell'vniuerſo, come centro del tutto, però alterabile in qual ſi voglia parte, per eſſer miſta aſſai d'acqua, e d'aere; ſolamente, il fuoco mentre è nel proprio luogo non fa miſtione con gli altri elementi; ne meno ſi corrompe; ſe non quando viene a far la generatione; imperòche è continuamẽte moſſo dal moto del primo mobile, il quale è cauſa, che qualche particella deſcẽdaa far la miſtione; ſi come anco continuamente ne ritorna qualche parte, che vola da i miſti corrotti alla propria sfera, come afferma Ariſtotele nel quarto delle meteore. L'Aere poi, per dar

principio

principio al nostro ragionamento, e' vn corpo trà questi molto principale, diuiso in tre parti, ò vero regioni, la prima è chiamata suprema, per esser suprema all'altre, & per esser contingua alla regione del fuoco, riceue molto in se delle sue qualità, cioè, è calda, e secca, è chiara, pura, luminosa, e si moue almoto circolare del fuoco, il quale viẽ rapito, e violẽta to dal moto del cielo della luna; e questa parte suprema si dice esser veramẽte semplice, & incorrottibile; il che accennò Aristotele ne i suoi problemi, quando disse, che l'aria non si putrefa; perche è piena di fuoco; e di questa suprema intese; perciòche la regione più bassa, cioè questa, che noi respiriamo frà la terra, e le nuuole è molto ambigua per la reflessione de i raggi del sole, che tal volta riscaldano tanto, che appena si può viuere; hora poi è freddissima; si per essere vicina all'acqua, & alla terra, che la riẽpie d'essalationi, e vapori; si anco per l'obliquità, & recesso del sole dal nostro Zenit, e questo cioè il recesso, & accesso del sole nel circolo obliquo viene a cagionare le quattro stagioni dell'anno, e similmẽte la generatione, e corrottione de composti; & particolarmẽte l'accesso del sole al tropico del granchio con i suoi potenti raggi fa tale repercussioni in quest'infima regione, che la riscalda a simiglianza della suprema; & per

questo

questo la regione di mezo ritrouandosi fra doi estremi simili, perpetuamente si raffredda, si per esser remota dall'elemento del fuoco, si anco per che questa regione di mezo non riceue alcuna reflessione da i raggi del sole, per esser lontana da terra, secondo i Cosmografi, cinque miglia in circa, doue i vapori, che cõtinuamente ascendono eleuati da i raggi solari, si condensano, e congelano per la freddezza di detto luogo: Dal che ne nasce vn corpo spesso, e quasi solido in vista; e questo è la nuuola, la quale è madre cõmune di tutte l'impressioni, che la sù si generano, come pioggie, neui, grandini, pruine, ruggiada, nebbie, e similmente dell'altre, come tuoni, baleni, traui, ignite, stelle dette cadenti, comete di tutte le sorti, anzi quante apparitioni si vedano cagionate da i vapori caldi, e secchi infiammati dalla suprema regione dell'aria, ò vero dall' elemento del fuoco, ò dal calore, tal volta di qualche stella; tutte, dico, si generano nella regione di mezo; & la prima materia, di che nascano tutte l'impressioni dette è l'aere troppo vaporoso; come ci testifica Galeno nel libro dell'historia filosofica per autorità d'Anassimene, il quale dice, che dell'aere condensato si generano le nuuole; e del medesimo, ma più condensato, si genera pioggia, & sopra giungendo vn poco di ventolino freddo, massimo d'in-

d'inuerno, fa la neue; e ſe più ſi condenſa, & indura col molto freddo, & eccesſiuo vẽto più di giorno, che ni notte, ſi è prouato, e più d'eſtate, che d'inuerno, che ſe ne fa la grandine grande, e piccola, ſecõdo l'eccellenza del freddo nella regione di mezo, come fece l'anno paſſato 1602. che caſcò grosſisſima vniuerſalmente, ma molto più groſſa ne i luoghi alti, e montuoſi, che haueua imbiancato la terra, come fa la neue d'inuerno, e frà doi, ò tre volte d'eſtate mentre il grano ſtaua per mieterſi, & i frutti pendenti in grã copia, impetuoſamente dileguò, e riduſſe in niente tutti i beni in diuerſe parti del noſtro territorio con ruina di molti alberi, e piante, e quel che è peggio, come ingorda, e deuoratrice rouinò molti altri territori circumcirca; dal che non è marauiglia, ſe poi ne ſucceſſe vna gran careſtia di grano, vino, olio, e companatico: ma per che dalle nuuole non ſempre per la Iddio grátia ſcaturiſce grandine, ma per lo più del tempo del anno cade acqua, e neue; però cominciaremo a ragionare dell'acqua, non laſciãdo da parte alcune ſue prerogatiue, & eccellenze.

Di

Di quanta necessità sia appresso noi l'elemento dell'acqua. Cap. II.

L'Acqua è corpo semplice, vno de i quattro chiamati elementi, & il proprio suo luogo naturale è la superfice concaua dell'aere, e conuessa della terra, cioè, è posta in mezo frà l'aere, e la terra, di sua natura è fredda, & humida, e con tai sue qualità raffredda, & humetta; rafredda ò per dir meglio contempera l'acrimonia del fuoco, affinche si possi fare la generatione de i misti; e se questa non fosse tale, il fuoco consumarebbe ogni cos[illegible], ne mai si farebbe generatione alcuna; humett[illegible] poi con la sua intensa humidità la materia de i misti, tanto animati quãto inanimati, acciòche si possa figurare, e lineare il composto, e continuo; & incorporandosi con gli altri elementi, è causa, che si producano, e le figure, e le forme; e così presta grandissima vtilità nella generatione, e con l'esser fredda, e molto piu con l'essere humida: nella conseruatiou poi la mostra assai più che grande, come per continua esperienza si proua, che gli huomini, e nessuna spetie d'animali potrebbe viuere, ne l'herbe, e piante potriano nascere, crescere, e mantenersi senza acqua, come noi sappiamo essere auuenuto l' anno 1604. che in tutto quell'anno non piouue tre volte; onde molti

alberi

alberi si persero, & altri per la troppa secchaggine diuennero sterili, hauendo dato di primauera buona speranza, e certezza di frutti. Non si troua dunque elemento alla vita humana, & al compimento del mondo più necessario dell' acqua, della quale scriuendo Esiodo poeta, & Talete Milesio dissero, che ella era nõ solamẽte principio di tutte le cose, ma Signora di tutti gli elementi; quasi che l'ethimologia di questo nome acqua porti seco questa prerogatiua, cioè, dalla quale vien generato, e conseruato il tutto; Questa vnisce, & agglomera la terra, che non diuenti poluere, contempera l'attiuità del calore celeste, e del fuoco, saglie sopra l'aria, & cadendo in terra è cagione, che nascono tutte le cose necessarie all'huomo, che sono quasi infinite; per il che anticamente appresso a i Gentili era in tanta stima, e veneratione, che temeuano di giurarla, e quando la giurauono era segno, come dice Vergilio nel sesto dell' Eneide d'infallibil giuramento.

Di, cuius iurare timent, & fallere numen.

E opinione di Platone, e d'alcuni Filosofi, e poeti, come Orfeo, Esiodo, Homero, & altri; Il che racconta, & impugna il molto Eccellente Signor Filippo Palazzi nel suo trattato de methodo *medendi vulneribus cũ aqua simplici*, che tutte le fontane, e fiumi, anzi tutta

qua, che apparisce sopra la terra, habbia origine dal fiume tartareo, il quale sorgendo per i meati della terra, ha generato l'elemento, che noi chiamamo acqua, la quale quantunq; nella propria sfera non si troua semplice, e pura, perche gli elementi si alterano vn con l'altro per la Simpatibilità, che hanno trà di loro; in modo tale, che nelle proprie sfere non si trouano semplici, eccetto il fuoco, il quale mai si altera, ne si rafredda sensatamente ma circa gli altri tre vno altera l'altro vicino a se, e tal volta è alterato da quello, cosi l'acqua è alterata dall'aere, e dalla terra, e cõuerte nella sua sostanza portione d'aere, e di terra; di maniera, che non si può trouar sẽplice, niente di manco, come ella si sia appresso di noi apporta grandissimo giouamento, si per la generatione de i corpi, si per la conseruatione della vita, e sanità, che per tale effetto si vsa, si di dentro, si come anco di fuori al corpo; & però hauendo noi a ragionare dell'acque, cominciaremo col piede destro a discorrere di quelle semplici, che deuono seruire per bere, e di queste sceglieremo le più approuate e per autorità, e per ragioni.

Si proua come debba esser l'acqua, e si loda quella delle fontane cap. III.

L'acqua di sua natura deue essere tenuissima, e purissima, come disse Aristotele in quel libro, che fa de sensu, & sensato, parlando del sapore, e di più ha da essere di nessuno odore, di nessuno sapore, e di colore nitidissima; affinche nõ in[illegible]chi grauezza nello stomaco, & ne gli hipocondri. Douendo dunque esser tale l'acqua bonissima per bere, conforme alla sua semplice natura, appare manifestamente, tale essere l'acqua di fonte; che frà tutte l'acque questa è più lodata da tutti i medici, & Galeno particolarmente l'antepose a tutte l'altre; hauendo questa tutte le conditioni, che alla buon'acqua si ricercano, e masime se la fontana sia volta verso Oriente; accioche l'acqua venghi maggiormente a depurarsi da i raggi del sole la matina assai potenti. Secondariamente si lodano quelle fontane, che sono situate in mezo frà l'Oriẽte, e l Aquilone. L'altre poi quãto più si auuicinano all'Aquilone tanto più si commendano; perche più liberamente sono esposti a i venti settentrionali, da i quali vengano l'acque ben purgate, e più sottili, che in altri luoghi, e conseguentemente sono più penetratiue, ne fanno grauez-

za alcuna: onde disse Auicenna, *vinum aqua fontis clara dilutum, generationem lapidis probibet, facile enim ad renes penetrat, eos abluit, & materias educit*; volendo con simil' parole manifestarci Auicenna la bontà dell acqua di fonte, & anco inferire, che il vino deue adacquarsi, e particolarmente con acqua fresca, e chiara di fonte: hauendo ciò da Galeno imparato, che per due cause si deue adacquare il vino, vna per piacere, e gusto di ber fresco, e l'altra per rimouere alcuni nocumenti, che possano cagionarsi dal vin puro, e similmente dal bere acqua pura; & oltra le ragioni, che circa questo adduce Galeno ne i suoi comenti, raccontò vn caso, che gli successe in Roma, volendo ordinare il vitto a vn vecchio ammalato, al quale disse, che beuesse vn poco di vino con molta acqua; ma ritrouandosi presente vn'altro medico, se ne rise il detto medico dell'ordinatione di Galeno dicendo, che il vecchio vedeua il vino, ma non lo gustaua; ma Galeno vedendosi quasi deriso, gli dette ad intendere, che quel poco di vino mescolato con molt'acqua passaua più facilmente per tutto il corpo, & era megliore, e più grato alla natura, all'hora debole, che l'acqua se bene egli beueua vn acqua di fontana, volta al mezo giorno, che l'inuerno fumaua per essere acqua di vena sotterranea, &

era in ſomma perfettione, chiara, ſottile, e leg giera, ſenza ſapore, ne odore alcuno, e di colo re di chriſtallo fino, come tante ſe ne trouano hoggi in Roma, & antiche, e moderne; e di tal'acqua il detto vecchio ſi era abbeuerato tanti anni ſenza vino: ma il prudentiſsimo Galeno rifutata la conſuetudine di bere acqua pura, voleua condonare qualche coſa all'età ſenile, e dargli vn poco di vino temperato per modo di medicamento, hauendo l'occhio alle forze languenti, e deboli del ſuo infermo.

Si proua, che l'acqua di vena l'inuerno è calda, l'eſtate fredda cap. IIII.

CHE l'acque ſotterranee di vena, e più le meridionali, e ſettentrionali cioè eſpoſte in cotal ſito ſiano tali, che l'inuerno ſiano calde, e l'eſtate fredde, non è punto di marauiglia; eſſendo che al tempo dell'eſtate i raggi del ſole habbiano infocato l'aria, e rarefatta, & aperta la terra mediante il calore, ſopragiungendo il freddo nell'autunno, e nell'inuerno, che ſignoreggia in tali ſtagioni, fa fuggire, e riconcentrare il calore ſuo inimico nel ventre, e viſcere della terra; e perche il freddo circoſtante ha virtù di condenſare, però i pori della terra a poco a poco, e ſecondo che creſce

sce il freddo, si vãno costringẽdo; indi auuiene, che l'essalationi calde, molto atte al moto, nõ hauẽdo per doue vscire, si circõgirano nelle cauità, ne gl'intimi della terra, e penetrando per le vene dell'acqua, sono causa di far fumare nell'aspro inuerno, quando è maggior freddo, le fõte, & i pozzi. Nell'estate poi si vede tutto il contrario; e la causa è questa; perche il calore ambiente, e potente fa fuggire, e rinchiudere il freddo, doue hanno origine i riuoli, & vene dell'acqua, nelle viscere, e concauità della terra, iui trattenendosi fino a noua stagione; e per questo l'acque venali, ò di pozzo, ò di fonte naturalmente condotte d'estate sono così fresche. Macrobio in questa materia scriuendo, fa vna comparatione, argumentando a minori ad maius, cioè, che si come nell'inuerno i pori cutanei de gli animali si vengano a costringere dalla molta frigidità dell'aria, talmente che le fumosità, & essalationi calde del corpo, non hauendo esito, & essendo circondate continuamente dal freddo, se ne vanno all'interne, e più profonde parti del corpo animato; la doue ritenute si conculcano, e riscaldano; e però Hippocrate nel 15. aforismo del primo libro prontamente disse, *ventres hyeme, & vere natura calidissimi, & sõni longissimi*. Così per appunto auuiene nel mondo, che chiusi i pori superficiali

della terra dal molto freddoſo aere ambien-
te;il calore rinchiuſo ſi vniſce;e perche la vir-
tù vnita fa più forti le ſue operationi, che la
diſperſa; il ſodetto calore ſi vniſce in ſe ſteſſo
fuggendo il ſuo nemico, & con l'vnirſi acqui-
ſta forza,e riſcalda a vn certo modo, e la ter-
ra,e l'acque ſotteranee;per il che l'acque del-
le fontane viue, e de i pozzi non ſi poſſano ge-
lare per eſſere calde,non per natura, ma acci-
dentalmente, e per l'antipariſtaſim dicono i
Greci. il medeſimo vedemo ſuccedere nelle
cantine ſotteranee, che d'inuerno ſono calde
temperatamente,e d'eſtate molto fredde, do-
ue i vini meglio ſi conſeruano, e mantengano
freſchi; e tanto freſchi, che io ho prouato in
vna cãttina ſotterranea de i monachi di S.Be-
nedetto di Perugia nel monaſtero di S. Pietro,
che non occorre nell'eſtate rinfreſcarlo,tanto
è freſco per ſe ſteſſo.

Come ſi poſſi prouare vn'acqua eſſere più leg-giera dell'altra Cap. V.

HAuendo noi accennnato, che la bontà
dell'acqua conſiſte nell'eſſere chiara, e
leggiera:e perche ſi è detto,che l'acqua di fon-
te è molto lodata, & vtile per bere per eſſere
di ſoſtanza chiara; hora proporremo molti
modi, con i quali ſi potrà prouare, e ſapere
qual

qual'acqua sia più sottile, e leggiera. Et il primo si può facilmẽte metere in proua cõ la statera, ò bilancia, imperoche se si empirãno doi vasi di medesimo peso, e d'vn istessa capacità, vno di vn'acqua, e l'altro di vn'altra, e poi si metteranno ambi doi alla bilãcia, quella che sarà più leggiera hauerà l'ascendente, e quella che sarà più graue tenderà al basso. Si può anco prouare in altro modo, cioè pigliare vn vaso, & empirlo d'vn'acqua, e pesarla, & poi l'istesso vaso voto riempirlo di vn'altra sorte d'acqua, & con la statera pesando con poca briga, presto, & ageuolmente si scorgerà quella, che hauerà più, e meno del terrestre. Altri la prouano altrimẽte, cioè, pigliano doi panni d'vn'istessa cõditione, e d'vn'istesso filo, & vno lo bagnano in vn'acqua, e l'altro, in vn'altra, e insieme l'espõgano al sole, & asciugano; quello che più presto si esicca, certo è, che è stato madefatto nell'acqua più sottile; & questa vien più lodata per bere. Arguisce similmente esser perfetta quell'acqua, che ponendosi al fuoco si riscalda più presto dell'altra, e più presto si raffredda essendo leuata; e questa è proua più segreta, e più ingegnosa, & è del Diuino Hipocrate nel lib. V. de gl'aforismi. aforis. 26. L'acqua dunque di fontana più chiara, e più leggiera si loda per essere eccellente, e di gran perfettione si come cõcluse Gal. nel lib. del cõ

seruarsi sano, dicẽdo, che l'acqua di fonte nõ solo è buona per tutti vniuersalmẽte, et in ogni tempo, ma soggiunse, esser megliore di qual si voglia per i fanciulli, per i giouenetti, e per i vecchi, e questa è quella, come c'insegna Costantino Affricano nel quinto libro del suo volume nel capitolo vigesimo ottauo, che ha forza d'humettare i corpi secchi, e ristorare l'humido risoluto dall'attione del calore naturale; il bere poi di tal'acqua chiara, e sottile rende facile la digestione, e porta il cibo conuertito in chilo, e sostanza sottile al fegato, e dal fegato passando per le vene grosse arriua alle minime, e capillari, e finalmente per tutti i luoghi più remoti, & angusti del corpo, la doue uien'cõuertito dalla natura in sostãza del nutrito, facendo l'operationi, che deue fare, cioè riscaldare, rafreddare, essiccare, humettare, assimigliare, conseruare, & accrescere quelle cose, che hanno di bisogno d'augumento; per la qual cosa si deue far prouisione di buon'acqua sottile, e leggiera, come si è detto, e fuggire le grosse, non così atte al ben digerire, e far penetrare gli humori a i luoghi loro; affinche habbiano insieme col vino, o altri succhi a dar nutimẽto, e ristorare l'humido radicale, il qual presto verrebbe cõsumato dal calor naturale, se dal cibo quotidiano nõ fosse ristorato, si nõ all'equiualẽza, almẽ come si può.

DICE

Si dice di tre sorti di bere, e si comincia a prouare, che l'acqua piouana è megliore di tutte l'altre. Cap. VI.

DICE Auicenna, che il bere è di tre sorti, vn'è poto, e non è cibo, come l'acqua, che non da nutrimento alcuno al corpo di consenso di tutti i Medici. E solo Oribasio Medico Antico discrepante, il quale tiene, che l'acqua calda dia qualche nutrimento; ma la commune opinione è, che l'acqua, ne fredda, ne calda nutrisca l'animale per esser semplice, e le cose semplici non si possano assimigliare al composto. Il secondo bere è poto, e cibo insieme; & questo è il vino, il quale, per essere di natura caldo, è molto amico della natura; & si dice essere Vehicolo, perche facilmente porta per tutte le parti del corpo il cibo, di già fatto nutrimento, riscalda gli spiriti, il sangue, e conforta il calore natiuo; e per prouarui, che sia cibo, e poto in sieme; eccoui l'autorità d'Hipocrate nel 2. lib. de gli aforismi nell'aforismo vigesimo primo. *Vini potio famē soluit*, cioè il bere il vino toglie fame, hauendo per prima detto in vn'altro aforismo, *facilius est impleri potu, quam cibis*, cioè quelli, c'hanno bisogno di ristorarsi, e vogliano ricuperare

presto

presto le pristine forze deuono seruirn per ottimo rimedio delle beuande, trà le quali queste tre tengano il principato per ristorare i conualescenti, cioè il vino, i brodi di carne, e massime di capponi, & gli oua freschi, cioè subito nati beuti; ma questo non si facci se non con consenso del dotto medico; per che disse Hiporate; *Impura corpora quo magis nutries, eo magis lædes*; bisogna dunque auuertire a i conualescenti, che non pigliano troppo nutrimento, affinche non si espongano a maggior pericolo, che mai siano stati. Il terzo bere, il qual segue da dechiararsi, è il bere medicinale, cioè medicine, siroppi, & altre potioni, le quali seruano, ò per preseruarsi, ò per curarsi; & queste non sono da pigliarsi per modo, e gusto di bere, ma per necessità di medicarsi. Questo terza sorte di bere lasciamola di gratia a gl'infermi, ò conualescenti, e per noi, se volemo godere vna continua sanità pigliamo i doi sopradetti, cioè, acqua, e vino, i quali vniti, e temperati insieme fanno vna mistione tanto vtile, e gioconda, e massime d'estate, che niente più si può desiderare in questa materia, e chi ne i conuiti, e banchetti di quei tempi si vuol fare honore, facci preparatione di buon vini, e d'acque fresche; e perche noi siamo in questa materia dell'vso dell'acque fresche d'estate, habbiamo da notare, che l'acque, che

piouano

piouano in tale stagione, e particolarmente quelle, che si distendano in minutissime goccie al tempo quieto, senza tuoni, lampi, e venti sono lodate da Hipocrate più di qual si voglia, se bene quelle ancora, che vengano con tuoni; purche sia senza procella, si possano lodare; percioche il tuono, mediante il moto, e la concussione dell'aria, fa, che l'acqua si rende più sottile, e leggiera. vi si aggiunge di più, che ella è generata, come si è detto di sopra nel principio, dalle più sottil parti de i corpi humidi, eleuate in alto per virtù del sole, & altre stelle sino alla meza regione dell'aria, doue cōdensati dal grā freddo, si cōuertano in nuuole, le quali di giorno in giorno, hor qui, hor la si liquefāno, e si risoluano in pioggia, la quale cade in terra per salute gli animali, e vegetabili; e perche tal volta l'acqua cade minuta, & hor grossa, questo nasce dalla diuersità della materia, quādo sottile, e quādo grossa; e se alle volte l'acqua, che pioue è dolce, e chiara, & alle volte è amara, e rosa, quello nasce dal hauere in se humido aereo, & questo dal secco adusto terrestre. Ne vi apporti marauiglia il leggere appresso historie, e croniche spesse volte hauer piouto rane, vermi, sāgue, latte, lana, pietre, e ferro, si come si disse del mese di Giugno dell'āno 1608. a Tiuoli hauer piouto sāgue; imperòche se bē questo il più delle vol

te può esser cagionato da causa sopranaturale, e miracolosa; tutta via se ne può assignare da Filosofi la causa naturale, dicendo; e prima delle rane, e vermi, che taluolta si può eleuare vna viscosa essalatione con i vapori aquei, che mediante vn temperamento caldo, & humido corrotto si puo fare per virtù d'alcune stelle la generatione di simili animali, & poi cascare con pioggia; & così dal viscoso fumo terrestre se ne può generare vna materia, & indurirsi talmente, che diuenti pietre, e ferro, & poi descēda con pioggia. Così parimente dall'intensissimo calore del sole si può attrarre da luoghi sanguinolenti vna materia, che inalzandosi con i vapori, quando cade, caschi acqua sanguinolenta, ò vero, & è cosa più naturale, che il calore del sole, e di Marte mediāte i loro infocati raggi che riuerberano, può talmēte cuocere i vapori aquei, che mentre pioue facci apparenza, ò di latte, ò di sangue, come vedemo spesse volte interuenire a i frenetici, & febricitanti di febri ardente, l'vrina farsi rossa, e del colore del sangue dall'estraneo, & intenso calore percotta. Tutto il contrario vediamo in quelli, che malamente digeriscano, che fanno l'vrina bianca, & alle volte sopragiungendo altra mala dispositione, si và coagulādo come latte: la lanugine poi, che si genera ne i salci, & altre pian-

te

te, che in alcuni luoghi ve ne sono assai, è venuta alle volte attratta dal sole con i vapori, & insieme con l'acqua è discesa in terra, come fiocchi di lana; molte altre marauiglie si potrebbano raccontare dette da i Poeti; ma perche spesse volte.

Miranda canunt, sed non credenda Poetę.

Però habbiamo fatto mentione solamente delle cose possibili; sapendo, che tutte queste, e simili sono cose raccontate in questo capitolo che rare volte sono accadute, ò per causa naturale, ò sopranaturale, come si legge, nella scrittura sacra, & è ben certo, che vna volta piouue ardente zolfo, & abbrugiò alcune città, come quella di Sodoma con i suoi habitatori per giusto giuditio di Iddio. onde quelle genti sporchi, & abhomineuoli pagarno la pena delle loro sceleraggine, & hoggi non possano pensare il fine del lor tormento; ma questo sia detto per accidente; e per tanto ci ritiramo alquanto, volendo semplicemente ragionare dell'acqua piouana, che ha da seruir per bere, e di sua salubrità, e bontà.

Si loda l'acqua delle cisterne, dando i rimedij alle cattiue Cap. VII.

NON è fuor di proposito di dechiarare, che cosa sia acqua piouana, e però diremo,

remo di mente d'Hipocrate. *Pluuia est fluuius aquarum a sole attractarum* : proprio appũto del sole è tirare le parti sottili dall'acqua, e le più humide dalla terra sino alla meza regione dell'aria, doue accogliendosi in nube, quando descende, diuiene semplice, e pura, come fosse stillata per lambicco; di maniera, che quest'acqua essendo coadunata in qualche bel vaso, si deue molto lodare per esser sottile, e facile a digerirsi : ma qui è d'auuertire circa il conseruarla; imperò che è molto atta a putrefarsi, mediante la sua sottilità, come dice Galeno, e massime nelle cisterne, esposte al sole, & calde; & per fuggir questo, fa dibisogno eleggere buon luogo per farle, & quando veghia l'eccessiuo caldo, tenerle coperte, & il medesimo dice Columella, quãdo insegna di cõdurui l'acque p doccioni; & nei fõdi tenerle ben purgate dall'immõditie lotose, e paludose e solamente tenerui qualche poco di breccie e d'arena, le quali hanno virtù di purificar, e conseruar l'acque; essendo che tutte l'acque tanto di fonti, cisterne, pozzi, fiumi, e vene sanno, e ritengano la natura del proprio fondo, & vene della terra, come in grembo di propria madre, onde non è merauiglia, se alle volte si è prouato che, essendo doi pozzi in vn' istessa casa l'acqua d'vno sia differente dall'altro, per rispetto de i fondi, e delle vene per

doue

doue paſſa, che da queſto acquiſta varietà, e differēza tanto in bōtà, purità, ſapore, colore, e proprietà; E di più ſi ha d'auuertire, che tal acqua non pigli impreſsioni eſtranee, dalche ne reſti vitioſa, & impura, ò per meſcolanza d'aere corrotto, ò di qualche coſa eſtranea; onde più preſto induchi cattiua diſpoſitione nel corpo di coloro, che continuamente l'vſano, come vediamo in qualche paeſe, e luoghi particolari, doue ſono acque impure, e groſſe, gli habitatori di quei luoghi eſſere di cattiua compleſsione, e di brutto colore, e vitiato l'habito di tutto il corpo con indiſpoſitione, & intemperie delle parti naturali, cioè di fegato, e di milza, e ſimili, i quai membri principalmente s'indurano, e gonfiano, e perciò debilitati, non fanno buona ſeparatione d'humori, e la milza non attrahe l'atra bile, e meſcolandoſi co'l ſangue, genera le febri quartane, & eleuandoſi verſo la teſta, genera furore, & inſania: ritirandoſi alla bocca dello inteſtino retto, ò fondamento, è cauſa, che ſoprauengano l'Hemoroide, e ſe più deſcende verſo le gambe, cauſa varice, che ſono gonfiature di vene, ò vero, ſe tal cattiuo humore ſi riconcentra nel fegato, è cagione, che s'indura, oppilandoſi le vene, & i reni, che fanno l'officio loro, tirano a ſe gran copia di ſangue aquoſo, e ſeroſo; onde gli huomini

mini per questo diuentano il più delle volte Hidropici, & oppilandosi da tal cattiuo succo, quelle vene, che portano il nutrimento alle parti sode del corpo, non è merauiglia, se vedemo in questi nascere in poco tempo vna somma macrezza & estenuatione; e nelle donne se si oppilassero quelle vene, per le quali la natura suole espurgare i lor mestrui, gli auuengano certi mali a loro proprij, e particolari detti volgarmēte mal di madre; e cōcorrendo simili humori ne gl'intestini ho visto gli huomini cruciarsi, e trauagliarsi senza fine; per le quali cose è ben di fuggire simili acque grosse, et impure, che nascano in alcuni paesi: ne i quai luoghi, se qualche gentile spirito per commodità de i beni esterni vi volesse habitare; coman dano i medici e particolarmente Galeno nel sesto dell'Epidimie, che l'acqua, che ha del vitioso, si debba cuocere, soggiungendo, che per due cause si deue cuocer l'acqua; vna quando è impura, e foculente, torbida, e grossa; & questo dice, douersi fare; perciòche mediante la decottione quella parte vitiosa, che sta annessa, e mescolata per tutto, si viene a separare, essendo proprio del caldo disgregare le parti disimili, & congregare, & vnire le simili: fatta la decottione si deue lasciare rafreddare, & posare, che per questo le parti simili

grosse, e terrestri si vniscano, e per la grauità descendano al fondo; l'altre poi, che sono grasse, tendano alla superfice suprema come più leggieri, & l'acqua di mezo resta purgata, e netta, e se qualche cattiuo vapore vi era mescolato, mediante la cottura si è risoluto: & così la medesima acqua, che per prima era vitiosa, essendo cotta la parte cattiua si risolue, e si separa, & il resto tramutandola si rende bonissima; e se ne volemo più afficurare, io aggiungo per esperienza, che se nel bollire vi si pone vn poco d'aniso, ò verò vna mollica di pane, si rende più perfetta, e salutifera. L'altra cosa, che ci sforza a cuocer l'acqua, non è la bruttezza sua, ma la crudità; e disse Galeno, quell'acqua esser cruda, la quale è di tarda penetratione, e beuendosi fa grauezza nello stomaco, nuota negl'Hipocondri; & aggiunse di più, che in tale acqua tardo, ò forsi mai vi si cuocano i legumi; & questa se si cuoce, diuiene vtile per bere, risoluendosi, & rimouendosi quella crudità, & anco rendesi atta, e più sofficiente a cuocere i legumi, & altre cose. Ma noi, che nella nostra città hauemo copia di buone cisterne, la cui acqua communemente è cociua per esser sottile, leggiera, e penetrabile, non ne seruimo d'altra sorte per cucinare i legumi; ne vi vsamo altro artifitio, trouando quella esser

bonissima;per ber poi noi lodamo grande-mente quelli,che l'vsano, e massime d'estate; poi che in cotal tempo l'acqua di cisterne ha tutte le conditioni, che si ricercano nell'acqua,per esser salutifera,e buona. Dopo queste secondo alcuni, si debbano lodare l'acque di fontane;ma Galeno loda più sicuramente, quelle delle fontane, che scaturiscano dalle pietre viue,ò luoghi arenosi posti in Oriente, ò settentrione;e queste dice esser meglior per bere di qualsiuoglia ; essendo che si possano beuere senza sospetto in ogni stato, in ogni tempo, in ogni luogo ; il che non si pu ò dire dell'acque di cisterne, a cui soprasta qualche pericolo,e non mancano osseruationi, come diremo più a basso,e con ragione.

Discorso sopra l'acque de i pozzi. Cap. VIII.

DOppo l'acque di cisterne porremo quelle de i pozzi,che in alcuni luoghi, & in alcuni tempi sono necessarie simpliciter, per carestia d'acque piouane, e fonti ; per il che Appiano racconta, che Annibale, quando fù costretto da Scipione alla città di Cilla nel mezo della cãpagna per non vi essere acqua prouidde alla necessità,de soldati,cõ farui fare de i pozzi,e cosi l'essercito si abbeueraua.

Il

Il medesimo fece fare Alessandro Magno per potere hauer dell'acqua per l'armata lungo il Mare, & il lito Persico, doue fece cauare de i pozzi. E ben vero, che quest'acque de pozzi sono manco lodate, che le sodette, secõdo Aetio nel terzo libro al cap. 165. & secondo Auicenna nella seconda fen del primo nella dot. 2. al cap. 16. per esser più grosse, e più difficili a digerirsi per la salsugine, e limosità della terra, e per la quiete d'essa acqua, e per la lontananza dell'aere, e del sole: per le quai cose spesse volte accade, che si corrompe per non mouersi, ne meno euaporarsi, per la qual cosa è necessario, che l'acque de i pozzi si frequentano di cauare, si mouano, e si sbattano spesso; il che conferma anco Iosesso, il quale racconta di Moise, che essendo vna volta arriuato in vn luogo arido, e non vi essendo altr'acqua, che quella d'vn pozzo amaro, e brutto, comandò, che se n'attegnessi, e di poi ordinò a i suoi soldati, che la dibattessero, e dimenandola a buon modo diuenne buona per bere; così vuol esser fatto con l'acque di tutti i pozzi, cioè sbatterle, affinche si vengano a depurare, & preseruarsi da ogni corrottione; che così facendo, si accostano assai alla bontà, e perfettione dell'acque sodette; e tanto più si lodano per buone, quanto più sono vicine a noi, & godono l'aere chiaro, che quando so-

no molti profondi, l'acqua è tanto più cattiua per esser più fredda, e terrestre, e molto lontana dall'aria vitale; la onde non poco vien'dannata l'opinione del volgo, che molto commenda la profondità de i pozzi; percioche se non si lodano le fontane, che hanno l'oppositione del sole, quanto manco si deuano laudare l'acque de i pozzi, che non l'hanno visto mai? Non si beua dunque l'acqua de i pozzi, ne de i luoghi bassi, e profondi in alcun'tēpo; ma molto manco quando vi soprasta qual che influentia, ò pericolo di peste, cagionata da cause inferiori, che corrompano l'aria mediante i putridi vapori. Ma qui nasce vn dubbio; Come è possibile, che l'aria si corrompa, essendo essa elemento semplice; le cose semplici non sono atte alla corrottione essendo che la corrottione presupponghi contrarietà. A questo si può rispondere, che gli elementi semplici non si corrompano; ma quando qualche cosa eterogenea, e difforme si mescola con detti elementi; all'hora si fa la corrottione; e però quando i vapori, terrestri, & aquosi, che sono a quella difformi, si mescolano con l'aria, ne segue, che l'aria si putrefa, e corrompe. Si può anco dire, che questo aere non è semplice, e puro, si come molto manco, ne l'acqua, ne la terra, che noi vediamo; ma si possano ben dire forme grosse immerse nella

materia; e però non è merauiglia, se si corrompano. Concludemo dunque, che l'acque dei pozzi molto profondi sono cattiue, ma quando si sbattano spesso, e che godano l'aere luminoso acquistano bontà, e vengano molto lodate. Plutarco da questa proprietà all'acque de i pozzi, che nutriscano manco di qual si voglia altra potabile, e rende la ragione, dicendo, che in esse vi è misticata buona copia, di sale, e che per questo ha virtù di nutrire manco dell'altre, anzi ha forza di smagrire, & estenuare quelli, che la beuano di continuo quando però sono fatti in luoghi di terra salata, ò altri luoghi del istessa facultà.

Si ragiona dell'acque de i fiumi. Cap. IX.

L'acque poi de i fiumi quelle si dicano essere migliori, che tēdano verso leuante, e che descendano da gli alti monti, come per essempio il fiume Teuere, che ha principio circa i monti della Verna, e come dice vn nobil Perugin' poeta.

Vdite il Rè dell'arenoso fonte,
Che del bel colle Augusto inonda il piano
E nasce in cima al più superbo monte.
Et indi corre al bel campo Romano
E l'acque ha più superbe e più potenti
Tra il famoso Tarpatio e'l Vaticano.

La cui acqua, si conserua, e depura, & in Roma è riputata bonissima, ma non però a cõparatione dell'acqua de fonti orientali. Questo fiume in verità, è mirabile, che non solamente rinfresca, e feconda la terra, per doue passa, a merauiglia, ma rende la Città di Roma sommamente trafficheuole, e mercantile, doue il mare quasi vagheggiãdola poco meno, che vi s'ingolfa. Quelle poi, che tendano verso Occidente si lodano assai meno; & quanto più sono vicine alle Città, & Castelli, tanto più sono cattiue per le bruttezze, e sporcitie, che vi concorrano; dal che si corrompano, e corrette non si deuano bere, ne vsare in modo alcuno; è ben'vero, che l'acque de'i fiumi molto rapidi, ne meno l'aria vicina sono soggette alla corrottione; il che nõ può procedere da altro al parer mio, se non che in tal sito per l'impetuoso corso dell'acque, l'aria non si ferma punto; e stando in continuo moto, non possano riceuere alcuna sorte d'impressione straniera; e per corroboratione di questo, eccoui le ragioni, con le quali i Filosofi dimostrano, per qual causa l'acque de i fiumi rapidi al tempo de i gran caldi siano fredde, quantunque i raggi del sole continuamente le percuotano, e riuerberano. Rispondano, che l'acque col corso veloce rompano l'aria; dal che ne segue, che ne l'acque,

ne l'aria possono come mobili, riceuere l'impressioni de i raggi del sole; attento che ogni attione presuppone la dispositione del patiente. Quelle poi, che sorgano da qualche diluuio cagionato da qualche forte, e potente costellatione, che mediante il mouimento d'alcune stelle, il lume, i varij aspetti, e diuerse dispositioni, tal volta sono causa di tãta pioggia, che in grandissima abbondanza cresce l'elemento dell'acqua; queste tali si dicano essere oltramodo dannose, come possano testificare i Romani l'anno passato 1598. che all'improuiso l'acqua del Teuere inondò Roma si, che quasi rimase saccheggiata; & molti edifitij, mercantie, memorie delle cose, libri, & altre infinite cose, andarono in perditione, & gli animali d'ogni spetie, e molti huomini ancora restorno sõmersi, & quelli, che per auuentura scamparno in qualche luogo più eminente, ò sommità di palazzo, diuennero pallidi, e smorti, pensando d'hauere la morte a i fianchi, e che quel tempo fosse la fine del mondo, ne più si curauano di mangiare, ne di bere storditi dal timore, a tal che dalla vigilia di Natale di nostro Signore, del sodetto anno, nel qual giorno cominciò il diluuio, e durò quattro giorni continui, i Romani mangiorno poco, e beuuero manco; anzi quelli, che beuuero di quelle ac-

que impure, e feculenti, in breue tempo s'infermarno talmente, che vi cominciò quasi vna meza peste, cagionata dalla corrottione dell'aria, e dell'acqua, che bisognò di bere, e masſime a gli habitatori de i luoghi baſsi, & inequali, che pure aſsai ve ne ſono in Roma, eſſendo la maggior parte di queſta Città ſituata in monti, & in valli; & per riſpetto della profondità dell'aria gli auuengano molte mutationi, come de l'anno 1608. nel meſe d'Agoſto, e di Settembre vi morſero più di quaranta milia perſone in vero più pouere, che ricche; eſſendo che i poueri ſono più ſottopoſti de i ricchi all'infermità, come quelli, che ſono forzati taluolta di paſcerſi di più cattiui cibi; aggiungendoſi a queſto, che eſſendo l'aria tenebroſa alterata da i diluuij, che più volte, e poco auanti vi erano concorſi; & non eſſendo degerita da i venti, preſto ſi putrefece per l'inequalità de i tempi, e debolezza di calore; che non haueua forza di riſoluere i vapori notturni del fiume, onde queſta con altre cauſe eſterne fù cauſa di tanta ruina, e conſeruò per ſeſſanta giorni almeno quella mala qualità, & influſſo dell'aria, la quale meſcolata col ſangue generaua cattiui ſpiriti, dal che ſi rilaſsorno i corpi, & in breue ſpatio di tempo, ne ſeguiua la morte; e però Iddio per ſua bontà, e miſericordia ci li-

beri

beri da simili influenze, e diluuij, e similmẽte dal suo contrario, cioè dall'incendio, che questo ancora può cagionarsi per tali costellationi calde, e secche, che diano forza all'elemento del fuoco, che infiammi, & abbrugi qualche parte, della terra, & questo per la Iddio gratia non è mai successo naturalmente. Dicono bene, che dopò il diluuio dell'acqua vniuersale, che fù alli anni del Mondo 1656. che Helia con le sue parole fece piouere il fuoco dal cielo in vna certa regione, cosa in verità fatta miracolosamente, come sarà la futura pioggia di fuoco con la quale, deue finire il Mondo, & molti Astrologi secõdo il corso celeste sono di parere, che doppo il sodetto diluuio vniuersale, che fù al tẽpo di Noè, essendo egli di età di sei cento anni, il quale per scampare se, la moglie, e figli in tutto numero otto, e tutte le spetie degli animali, fermò l'arca sopra la cima del monte Pariedro, ò Armenio nell'Asia; per spatio di qualche migliaro d'anni debba venire l'incendio, e poi per spatio d'altro tanto tempo debba venire il diluuio; & questo lo dissero alcuni grandi Astrologi, secondo, che racconta Alberto magno; di maniera che secondo l'opinione di costoro, quel che s'aspetta è l'incendio, essendo stato il diluuio vniuersale, & molti altri à tempo à tẽ-

po

po particolari cagionati, come s'è detto di sopra, i quali sempre hanno apportato grandissimo danno a i corpi humani circa la robba, e sanità per hauer lasciato l'acque, che deuano seruir per bere, & vso humano, grosse, infette, e vitiate; e similmente l'aria corrotta, ò facile a corrompersi, e tanto sia detto dell'acque de i fiumi.

Dell' acque de i Laghi, e del Mare. Cap. X.

SE ben l'acque de i Laghi, e del Mare nõ fanno a nostro proposito, tutta via come padre, e di fonti, e di pozzi, e de i fiumi, & à differenza di queste ne faremo mentione, dicendo che l'acque, che si fermano in qualche palude, e luoghi posti in piano, detti laghi, sono assai meno vtili al genere humano delle sodette, anzi non possano se non essere dannosissime per essere limose, e graui, e per starsi la maggior parte in perpetua quiete, le quali come morte si putrefanno, & anco per riceuere in se vna essalatione terrestre putrida, che alterando corrompe la sostanza di quella, e la fa diuentare puzzolente, e guasta; dal che si rende l'aria contagiosa, e pistilentiale, si come si è visto alcune volte ne i pozzi, che per lungo spatio di tempo sono stati coperti, senza hauere essala-

tione alcuna, che essendo poi stati aperti, gli è vscito fuori vn vapore tanto putrido, che subito ha cagionato la morte a i più vicini più presto di qualsiuoglia veleno, & à gli altri circostanti vna contagiosa putredine, il che Ouidio sclamò, se bene nō era medico, quando disse con questo verso.

Et vitium captant, ni moueantur aquæ.

Plinio nel libro trigesimo primo nel terzo capitolo ci da vn segno dell'imperfettioni dell'acque de i laghi, e stagni dicendo; ogni volta, che i laghi, e stagni non sono abondanti di pesci, e d'anguille, ci danno inditio tal acque essere molto cattiue; ma molto più cattiue sono, doue si generano le mignatte, e così per il contrario quando vi è abondanza di pesci, è segno, che l'acque sono dolci, & assai più salubri, che quando non vi sono, ò pochi, perche l'esser priua di pesci, ò d'anguille ci denota essere del tutto vitiosa, essẽdo spogliata d'ogni calore; il che ce lo manifesta la continua quiete, e l'essere più grosse, e terrestri di tutte l'altre, escettuando quella del Mare, la quale auanza di gran lunga di nocumenti, e di grossezza qual si voglia acqua mobile, benche grossa, e paludosa sia; del che ci certifica la testimoniãza di quelli, che l'hanno prouata, i quali dicono, che per essere calda, & acuta grossa, e salata, se si

beue

beue, conturba tutto il corpo, & prima offende lo ſtomaco, vlcera gl'inteſtini, e rende intenſiſsima ſete; e volendoſi adoprare eſtrinſicamente, per vſo neceſſario humano, non è buona; anzi è dannoſa più che altra. La groſſezza poi di tal acqua, non è alcuno, che la poſsi negare, eſſendo queſto manifeſto al ſenſo, e chi nega il sẽſo biſognarebbe darli la pena del ſenſo, ò vero quel che diſſe Galeno parlãdo de i ſenſi. *Elleboro curandos eſſe, qui ſenſibus fidem non adhibent*; dico dunque, che l'imperfettione di queſt'acqua, è manifeſta a i ſenſi, e tre ſono i ſenſi, che giudicano le virtù, e qualità dell'acque, cio è il guſto, l'odorato, & il vedere, come diſſe Ariſtotele nel libro, che fece delle proprietà degli elementi; & mediãte queſti ſi hà per chiaro, e certo, che l'acqua del mare, è dannoſiſsima; imperoche in quanto al guſto, non è dubbio, che è ſalata, & amara, dal che ha preſo il nome Mare, quaſi amaro. All'odorato appare fetida, e puzzolẽte da prouocare perpetuo vomito; circa poi il vedere queſt'acqua appariſce di color plumbeo, groſſa, e terreſtre; e quelche più ci manifeſta tal groſſezza, è il vedere andare a gallo, e notarui naue, e galere cariche, e legni tanto grandi, e con tal peſo, che ſe notaſſero nell'acque ſottili, e chiare, certa coſa è, che ſi sõmergerebbono

rebbono. La ſalſedine ancora; & amarezza dell acqua marina ci manifeſta la ſua groſſezza, la quale vien cagionata, come dice Ariſtotele dalla troppo aduſtione, & attione del calore del ſole, che continuamente reuerbera nell'acqua, e mediante i ſuoi infocati raggi, che hanno virtù attrattiua, caua fuori dall'acque le parti più ſottili, & aeree, cio è, i vapori dolci, de i quali parte ne conſuma, & il reſto, come ſi è detto altre volte, ſi agglomerano in nube; a tal che le parti più groſſe, e terreſtri rimangono, aduſte, e ſe cōtinuaſſe il caldo diuētarebbono ognivolta più; l'aduſtion poi è cauſa di tale amaritudine, come vediamo per eſsēpio, che l'acqua pura, e dolcecolata per cēnere ſi fa liſsiuio amaro, e ſalſo; ò vero, & ha più del ſimile, che'l bere dell'huomo, quantunque dolce, e chiaro, tuttauia eſſendo ben cotto dal calore interno del corpo, diuenta di ſoſtanza più groſſa, & aduſta, e di ſapore amaro, come ſi vede nel ſudore, e nell'vrina; la cauſa poi, perche l'acqua del mare ſia ſalſa lei ſola, e non l'altre (eccetto quelle d'alcuni bagni, e termi, che per le minere della terra vengano ad acquiſtare ſalſedine) io credo eſſer queſta, cio è le terreſtri eſſalationi, che continuamente cauſano vna permiſtione di ſecco terreſtre aduſto, il quale mediante la reſleſsione de i rag-

gi ſolari tanto più ſi riſcalda, & coſi riſoluen
doſi le parti più ſottili, l'acqua del mare re-
ſta groſſa, & con l'inteſo calore acquiſta ſal-
ſedine, e ſe bene, vi concorrano tanti fiumi
d'acque dolci; ad ogni modo non perde la
ſalſedine; ma ſempre ſta nel medeſimo ſapo-
re; ne meno quel che più apporta merraui-
glia, eccede il luogo, & i termini ſuoi; eſſendo
che nel Mare sboccano tutti i fiumi, e tutte
l'acque del mondo; a queſto noi diciamo, che
per due cauſe naturali il Mare non verſa, vna
perche continuamente ſi vanno eleuando i
vapori aquei in gran copia per la latitudine
grande del mare, tirati da i raggi del ſole, e
di queſti, parte ſe ne agglomerano in nuuo-
le, e parte il calor del ſole gli conſuma, e ri-
ſolue. La ſeconda cagione è queſta, che tut-
ti i fiumi dell'vniuerſo per i meati, & vene
della terra hanno origine dal Mare ſecondo
Alberto magno, & nel medeſimo circumgi-
rando la terra hanno fine; & per eſſer tanto
l'vſcita quanto l'entrata, non è poſsibile, che
traſcendi i termini ſuoi: Gli Aſtrologi attri-
buiſcano tutto queſto al vario moto della Lu
na, dominatrice del Mare, la quale lo fa cre-
ſcere, e deſcreſcere di ſei hore in ſei hore: ma
la cauſa più principale la racconta Giob nel
cap. 38. doue teſtifica, che Iddio diſſe, *Ego
circumdedi Mare terminis meis, & poſui*
vectem

vectem, & ostia, & dixi vsque huc venies, & non procedes amplius, & hic confringes tumentes fluctus tuos, & questo fù fatto miracolosamente per vn sol cenno d'Iddio benedetto, affinche la terra non si sommergessi, & suffocasse tutti cō gli animali, & piante: basta per noi d'hauer concluso, che l'acqua del Mare è grossa, e salata, e trà tutte l'acque questa è pessima, & in nessun modo serue per vso, & commodo humano, ne di dentro ne di fuori al corpo.

Si raccontano alcune cose da notarsi circa l'acqua del Mare. Cap. XI.

NON so se è vero, che i nauiganti in Mare sù le galere sommergano nell'acque vn vaso fatto forsi di creta cruda, ò di cera, ò simili, detto il chlepsidra, nel quale essendo voto, e benissimo sigillato con cera, vi penetra dentro a poco a poco vn certo liquore dolce, e potabile, se ben questo lo lasciò scritto Aristotele nel primo problema del secondo libro; nel decimo nono poi del xxiij. libro racconta, che l'acque del mare colate diuentano buone per bere, & credo, che intendi in questo modo, cioè se i marinari, ò nauiganti mancandogli l'acqua dolce, empiranno vna botte, ò di breccie minute, ò d'arena, & per di sopra vi infonderanno

ranno l'acqua del Mare; quella distillandosi a poco a poco si renderà dolce, e potabile, & questo mi par c'habbia del verisimile, imperò che quel, che si dice del tutto, meglio si può dire della parte; cio è noi habbiamo detto, che l'acqua del Mare penetrando per l'arene, & vene sotterranee in poco spatio di terra perde la salsedine, & i riuoli, & i fiumi, che da quelli nascano, si rendano dolci; il simile adunque deue auuenire, colandosi artifitiosamente, e massime poca acqua del Mare in vna buona botte d'arena sottile di qualche torrente, ò fiume d'acqua dolce, e ciò si può fare più, e più volte. Il medemo dice Solino, che se l'acqua di Mare si cola per Arzilla, ella diuenta dolce. Altri hanno prouato tutto il contrario, e dicano, che l'acqua dolce si può far salsa, & amara col mezo dell'intensa, & eccessiua calidità, & ebullitione, la quale risoluendo le parti più tenui, e delicate di dolce si conuertono in amare, e salse; come per essempio i diciamo noi altri medici, che, si come dall'intenso calor del fegato, che spesse volte suole abbrusciare il sangue nel corpo animato, il sangue per prima dolce vien conuertito in colera adusta, & amara, cio è malenconia; così l'acqua dolce per la molta, continua, e potente ebullittione, che consuma le parti sottili s'ingrossa, e

si con-

si conuerte di dolce nel suo contrario in amaro, e salso; Et in questo modo dicono con autorità di Galeno nel terzo libro della natura di gli alimenti, che l'acqua dolce puo diuenire a poco a poco salsa posta ne i gran caldari, a vn grand'e continuo fuoco; doue se vi cuoceranno, ò carne, ò legumi, quanto più li coceranno, tanto più si renderanno salati. Racconta Galeno nel secondo libro de alimentis, che nel mosto si deue porre alquanto di sale, e particolarmente ne i mosti cotti, affinche il vino si venghi quanto prima a depurare, & l'implicità, ò annessa feculenza del vino mediante la terrestre grauezza del sale tendi al fondo, come hipostase; anzi soggiunge, essere vtile, vsandosi nell'estate al primo bere, imperòche ha virtù, & efficacia di reprimere l'ebullitione dell'humor colerico, fa estinguere, e sedare la sete, & questo i Greci, & i Romani di già l'vsauano, & coceuano il mosto per terzo, & poi vi aggiungeuano vna certa misura d'acqua salata, si come riferisce Columella nel terzo libro, e dice essere stato costume antichissimo per espurgare, e nettare il vino quanto prima dalle feccie: ma circa questo mi nasce hora all'improuiso vn poco di difficultà, & è, che molti approuano, che'l sale habbia dell'ontuoso, & che per la sua

graſſezza più preſto deue ſtare in ſuperficie, e notare, che penetrare, e deſcendere al fondo; & a confirmatione dico, che queſta ſua graſſezza la manifeſta l'acqua del Mare, la quale ſe ſi ſparge ſopra la fiamma del fuoco più toſto vediamo, che l'accreſce; e gli da alimento, che la ſpenghi, & queſto ancora ce lo dimoſtra, imperòche in tale acqua, per hauer in ſe parti aſſai ontuoſe, non vi ſi lauano i panni bretti, ne meno i corpi de gli animali bruti come nell'altre. Al dubbio propoſto ſi può riſpõdere, che è vero, che in principio il ſale, ò acqua ſalata non penetra al fondo per eſſer coſa ontuoſa, e p hauere in ſe parti calde; ma confondendoſi con il vino, vi va penetrando a poco a poco; & coſi mediante la ſua grauezza porta ſeco le fecci al fondo, & in poco tempo lo rende polito, & mediante le buone qualità, lo conſerua dalla corrottione, lo rende manco fumoſo, & molto ſalutare per bere; circa poi il mangiare parturiſce boniſsimi effetti, & prima è cauſa, che i cibi ſi digeriſcano meglio, ſi rendano al guſto più grati, & le viuande ſi conſeruano leuando il faſtidio, & il pericolo di nauſea allo ſtomaco. Il che hauendo imparato dalla madre Natura le colombe, non è merauiglia, ſe tal volta ſi vedono volare in luoghi ſtranieri, erti, & ſaſsoſi, ſol per-

tro-

trouare, ò sale, ò terra, che faccia della natura del sale per purgarsi il corpo, & anco prepararsi à noua concettione, ò vero, & è cosa a nostro proposito, che tal volta si vedono por dentro a' becchi de' lor piccioni, ò sale, ò terra salata, solo per escitare lo stomaco languēte, e debole de i lor figliuoli. Si è dunque detto del Mare, e di sua acqua salata, e da che procedi naturalmente la sua salsedine, ma la causa più principale è questa, che con effetto fù cosi creato da Iddio con acqua salata, affinche non si corrompesse, & infettasse l'aere, & tutto il mondo, con tutti i viuenti, come farebbe se fosse palude; e per questo volse Iddio, che fosse salsa, percioche non è cosa, che resista più alla putredine, che il sale: volse anco, che fosse da più motti agitata, come dal flusso, e riflusso, e dal moto da Leuante, in Ponente per il medesimo effetto, & cosi si è conseruata, & è per conseruarsi *vsque ad consumationem sæculi*.

Dell' Acque Minerali. Cap. XII.

E Perche noi di sopra habbiamo detto, che l'acque tirano à se il sapore, e natura della terra: hora douete sapere, che sotto terra, si trouano in alcuni luoghi le minere, & i succhi congelati, come il sale, zolfo, nitro, vetriolo, alume, & altri mezi minerali, e minerali, i quali prestano il colore, e sapore, e virtù

all'acque,secondo il lor predominio; si dice dunque, che tutte queste senza dubbio sono cattiue a' sani; perche, come habbiamo già detto, l'acqua buona deue esser leggiera senza odore, senza sapore, e senza colore, che sia facile à scaldarsi, e facile à rafredarsi, e che l'estate naturalmente sia fredda, e l'inuerno tepida; ma l'acque minerali hanno in se tutto il contrario, adunque non sono buone, parlando del bere, e del vso in sanità.

Siamo ben di parere, che queste tali habbiano virtù, & facultà di conferire à gl'intemperamenti di diuerse sorti d'infermità, e per passare per le minere soterranee hanno acquistato qualità molto salutifere, e ne sono fatti bagni medicinali, & in verità à i tempi nostri sono degni di grande honore, anzi si racconta, che anticamente erano celebrati cõ tanta veneratione, che diceuano in terra essere vn'altro Apollo, essendo che mediante questi si vedeuano tutte le sorti d'infirmitadi, ò togliersi affatto, ò almeno domarsi; onde Aristotele gli chiamò sacratissimi, & poco auante gli chiamauano Dei, & sino all età nostra, & per l'auenire dureranno questi cognomi con effetto diuini; imperoche vediamo, che molte infirmitadi nodose, dure, habituate, vecchie, & incancarite, i Medici non le possono tirare cõ le cure ordinarie al desiderato fine, & col mezo delle virtù de' bagni si risanano, ò almeno

meglioranoſ;oſſeruati però i canoni, & le rego le date à ciaſcheduno da gli eccellẽti Medici, i quali tutti da cordo dicono, che chi vuole hauere beneficio da' bagni, deue hauere buona diſpoſitione di corpo, che non ſia troppo magro, ne meno ſia febricitante, & oltra di q̃ſto ſi hanno da conſiderare tutte le parti del corpo, e tutte le coſe naturali, e non naturali, la conſuetudine, la ſtagione dell'anno, il ſeſſo, e l'età; & fatto queſto, è neceſſario di purgare, e ripurgare il corpo dalle ſuperfluità, & humori peccanti, che rare volte ſi contentano d' vna ſola euacuatione; e maſsime nei corpi troppo ripieni, & carichi di mali humori inuecchiati, & queſto nõ per altro ſi deue fare, ſe non per preparare la via a queſti ſalutiferi, e degni liquori; le cui virtù principalmente gli ſono condonate dal ſommo, e liberaliſsimo Datore di tutte le coſe in vtile, e beneficio humano. Fatta tale, e tanta preparatione, douemo eleggerci vn bagno proportionato ſecõdo l'infermità, & metterci anco auante a gli occhi la commodità de i bagni, e di quel, che ne potiamo preualere, ſi per bontà, ſi anco per cõmodità da i bagni della noſtra Città non douemo ciò procurare altronde, eſſendo queſti ab antiquo approuati per molte infirmitadi, mediante le ſue qualitadi, che nel ſequente capitolo ſi propongono.

Del-

Dell' Acque Minerali, che si trouano nel Territorio di Perugia, e prima della descrittione di detta Città con alcune sue prerogatiue.

PErugia Città antichissima, e nobilissima situata sopra il dorso del più ameno, e diletteuol colle dell' Apennino nella parte Meridionale di detto monte al grado 42. e m. 30. d'altezza, e di lunghezza, come appare da Occidẽte, all'Oriente gradi 35. e m. 20. sotto al segno di Leone, & posta fra il quarto, e quinto Clima, si dice essere dotata di tutti i beni della fortuna; principalmente di temperie di aria molto salutifera; il che nõ sarebbe se fosse nel fine del quinto Clima, nel sesto, e nel settimo, che tali luoghi sono freddissimi; ne meno si troua nel terzo, e nel principio del quarto Clima, i quali luoghi sono caldissimi, e quasi inhabitabili; e però noi Perugini ritrouandoci quasi in mezo fra questi godiamo vn'aria felicissima, non grossa, non torbida, non nebulosa, ne meno adusta, e secca; ma chiara, pura, e salutifera all' animo, & al corpo; onde non è marauiglia se l'antichissimo Studio di Perugia ha sẽpre fiorito in tutte le sciẽze, et arti, si come al presẽte si troua floridissimo, mercè l'aria pura; come causa principale esterna, mediãte la quale tutte l'operationi dell'animo si

essercitano

ſercitano più chiaramente, e più perfettamente tanto in apprendere, quanto in giudicare, e ritenere; il che tutto ſi ſcorge beniſsimo nelle menti de gli ſtudenti, che in quattro, ò cinque anni fanno profitto mirabile, & alla fine come turbato eſſercito, continuamente chi quà, chi là, riporta honore, e feliciſsima memoria delle ſue fatiche. Eſſendo diuentati tali, quali quei, con i quali hanno conuerſato; poiche ſi come la pratica de gli huomini da bene fa gli huomini buoni; e de i ſoldati fa gli huomini guerrieri, coſi la pratica de gli huomini dotti, fa i giouani ſapienti. Tutto il contrario ſuole auuenire doue l'aria è impura, e groſſa, ſi come ſapiamo per ſcienza naturale, e per quotidiana eſperienza, che l'aria impura, e groſſa ſe però, non è ſotto il Clima di Mercurio debilita gli ingegni, ſtordiſce l'apprendere, offuſca il giuditio; e quando l'aria eccede queſte male qualità rende i penſier fallaci, e tutte l'affettioni cogitatiue retorce, e declina, come cauſa eſterna. Il che non ſi può dire per la Iddio gratia della Città di Perugia; percioche chi è, che non ſappia; anzi che nõ ſi marauigli de gli ordini, leggi, ſtatuti, vſanze de i Perugini? doue ſono tãte confraternite, tanti luoghi religioſi, e pij, e Tempij ſacratiſsimi di grande, e ſontuoſsime, fa-

bri che, doue ſi eſſercita il culto diuino, e ſi tratta l'vtilità de gli huomini, per il che gli altri luoghi, ò Citta, ò Caſtelli, circumuicini pigliano gli ordini, e ſtatuti da quella, la quale giace in ameno monte, & gode vna dignità, che non vi è alcuna coſa naſcoſta, e ch'interrompa la ſua veduta. Anzi dal palazzo papale, & da molti altri de Gentiluomini s'ſcorgano d'intorno tredici Veſcouati come di Cortona, Monte Pulciano, Siena, Città della Pieue, Chiuſce, Caſtello, Gubbio, Nocea, Siſe, Fuligno, Spoleto, Todi, Oruieto. oltra che ſi vedono altri monti lontani di diuerſe regioni, e per dirla alla libera la maggior parte di detta Città con la ſua nobile Fortezza ò Caſtello, mira l'Oriente, l'Occidente, e non meno il Mezogiorno, e Settentrione; e quel che più importa per gouerno di tãte migliaia di perſone ha vn belliſſimo territorio, dal qual depende eſſentialmente la grandezza delle Città; onde le Città Mediterranee eccedono le Marittime.

Queſta ha d'intorno belliſsime colline, e piani molto fecondi, e fruttiferi, che l'vno, e l'altro cedendoſi, & abaſſandoſi con line rette, & oblique rendano queſta eminente, & alta Città alla viſta di chiu nque la vede, e mira ſtupendiſsimo, e marauiglioſiſsimo Teatro; è abondante poi di grano, olio, e

vino,

vino, e di questi alcuni più laudati, i più generosi fra di loro. I minuti poi come orzo, faue, biade, ceci, & altri legumi abondantemente raccoglie. Allieua, e nutrisce gran numero di boui, di pecore, di porci, d'animali seluaggi, & vcelli; e ciò appare per le sicure caccie: ma che diremo del pesce, che si caua dal lago nostro detto Transumeno? in vero è grandissima copia, che si porta a vendere tutto l'anno per tutte le Città circumcirca sino a Roma, e Fiorenza; hauemo poi abondanza di miele, e di tutte le sorti di herbaggi, di lino, di canepe, di seta, & i frutti de gli arbori di tutte le sorte i megliori di qualche altro paese per essere montani, & anco mediãte la piaceuolezza dell'aria cõgiunta cõ la bontà della terra, la quale insieme con la cõmodità de i fiumi, è tanto inclinata alla produttione delle biade in generale, e de gli animali d'ogni sorte, che in questo auanza tutte le Città d'Italia doue garreggia la copia con la varietà; la fertilità con la delicatezza de i siti; l'vtilità con la bellezza de i paesi; e si come i vegetabili del suo fruttuoso terreno conforme alle sue qualità corrispondano alla temperatura, dell'aria, così i suoi habitanti sono d'animo non solo inuitto, e forte, ma d'ingegni sublimi, che in lettere, & in arme riescano eccel-

lentissimi

lentissimi;e di qui è venuto che l'antica turrena Augusta ha partorito in ogni età huomini di tanto sapere, e potere, che non solo hãno illustrato la lor patria ma l'Italia tutta; onde si come, gli Antichi non meno al tempio di Marte, che di Pallade appendeuano i Trionfi, così vedonsi i Trofei, e le palme dell'immortal gloria Perugina;per il che il suo sangue fù chiamato antichissimo, e nobilissimo, e fù sempre deuoto, e obediente alla Sede Apostolica, si come n'appar memoria nello Statuto Perugino nel primo libro rub.473.anzi nel fine essorta i suoi Cittadini con queste parole. *Quicunq; intra Augustæ Ciuitatis mœnia, illiusq;excultum fœcundumq; agrum se, parentesue suos ortos esse dixerit, hanc Ghelfam partem, & sanctam sedem Apostolicam profiteatur, illis adhereat, ipsas amplectatur, & foueat, & ab antiquo nobilissimoq; Perusinorum sanguine non degeneret.* Eccoui dunque per autorità prouato la sua nobiltà; & auante a gli occhi sino al presente si mostrano segni delle vittorie,e cominciando dall'antichissima sua propagine,e seguitãdo tanto i più bassi quãto i più sublimi animi in questa parte l'vn l'altro non si cedano;per il che da questa Città escano continuamente valorosi soldati pronti a mostrare d'ogni tempo la magnanimità

nimità dell'animo loro nell'attioni belliche; e da l'altra parte risplendono Cõsiglieri prudentissimi, & in ogni genere di scienze peritissimi professori; si come di presente ne mostra non pochi, & in lettere, & in arme sparsi per l'Europa, e per il Mondo tutto, senza offender punto il nido, ò seminario di si eggregie virtù sempre risedenti in questa Illustrissima Città; doue frà gli altri nobilissimi Perugini viue l'essemplare de Vescoui, datoci per diuina voluntà; il molto Illustre, & Reuerendiss. Napolione Comitoli Vescouo di Perugia: e qui faccio fine per non parere, che io vogli ricantare l'historie, e croniche di Perugia; dico dunque, che si come questa Città, e abondante di tutte le sodette cose, & molte, e molte altre, che per sua gloria si potriano raccontare, se fusse intento nostro; cosi anco è dotata ab antiquo di più bagni assai pretiosi secondo le loro minere; ma in vero la nostra Griffonia, cioè Perugia Griffonia detta in lingua Scitica, non se ne può molto al presente gloriare: percioche per poca cura de i Conseruatori della sanità, e del publico furno tralasciati; e dall'hora in quà se ne stanno mal conditionati hauendo confuse, e miescolate altre diuerse sorti d'aque, le quali se vna volta se deuiassero, e che detti bagni si tenessero ben purga-

ti, e custoditi, non è dubbio, che se ne farebbe conto al par di qual si voglia bagno d'Italia; essendo questi dotati di bonissime, e salutifere qualità conforme alle virtù minerali, che vi si trouano, dal che ne seguirebbe, che i nostri Cittadini, e Gentil'huomini infermi leuarebbono la spesa, e scommodità d'andare a beuere per alcune sorti d'infermità l'acqua di Fiorenza, di Siena, di Lucca, di Bologna, di Padoua, & altri per dir così infiniti luoghi; anzi voglio dire, che si come i Toscani, Vrbinati, gli Vmbri, Vilumbri, & altri Forastleri di straniere regioni propinque, e lontane se ne vengano a Perugia i centinara al mercato delle buone lettere, e per acquistare il bene essere; così i medesimi hauendo di bisogno di rihauere, e godere la sanità, e conseruarsi più, che possano nell'essere, concorreriano a tẽpi debiti, & la nostra Città ne riportarebbe sempre nõ poco vtile, e honore: oltre che si cerca di rendere al prossimo quel bene, che vorresimo per noi medemi, voglio dire la sanità: nel territorio dunq; di Perugia vi si trouano più bagni antichi, ma di doi principali tratteremo al presente, vno de quali, & è il più famoso appresso il volgo, e vicino alla Città verso Ponente si chiama il bagno di san Galgano, & lasciando da parte l'ethimologia del vocabolo con la descrittione d'-
altre

altre circonstanze famose di detto luogo; si sà & è in bocca d'ogni vno, che la sua minera partecipa di zolfo, di ferro, & vn poco di nitro, secondo il parer d'alcuni spetiali, che l'hanno stillata, e cognosciuto il sedimento, ma il predominio è di ferro, & questa qualità apparisce manifestamente a i sensi, i quali difficilmente possano errare, hauendo auante la sperienza, che d'altro non si serue, che del senso; onde Aristotele, & Auerroe dissero, che la ragione è del tutto inane, doue habbiamo la cognitione sensuale; & io mi ricordo d'hauer letto più volte nel primo libro della posteriora d'Aristotile, e nel proemio della diuina Filosofia, che ogni nostra scienza naturale ha principio dal senso; per il che tutti gli Auttori prepongano questa cognitione de sensi ad ogni altra, e Galeno faceua tanto conto del senso, che nel libro secondo dei medicamenti semplici nel secondo capitolo proruppe in queste parole? *Ego quidem mallem, vt res omnes sensibus nostris manifestæ essent, e quibus nulla nobis occultaretur, nam si ita res esset, non dubitaretur in aliquo, neque esset ambiguitas aliqua; sed quia multa sensum effugiunt, necesse est nobis addere ratiocinationem ad sensum.* Noi dunq; che mediãte i sensi habbiamo cognitione certa di questo bagno, non ci bisogna proua alcuna

per-

percioche circa il gusto sa di ferro senza alcun dubbio, all' odorato poi l'acqua appare vn poco zulfurea, e nitrosa ma non si rende al gusto disdiceuole, anzi delettabile, talmente, che da gl'infermi se ne beue assai buona quantità, non conoscendo nocumento alcuno, altro, che tal volta vn poco di stitichezza, & questo non può prouenire da altro, se non dal predominio di ferro participante d' altre minere calde, e secche, le quali hanno virtù di essiccare; & mediante le dette proprietà minerali Noi siamo di parere, senza commettere l'autorità d'alcuno; doue habbiamo il senso, e l'esperiēza, che per molti anni indiuersi corpi d'huomini, essendo il tempo a proposito, habbiamo fatto proua; che l' acqua di questo bagno beuendosi, conforta i membri rilassati, rissolue le superfluità della testa, consuma i catarri, e destillationi, che sono inuiate ne i nerui, corrobora lo stomaco, caccia le ventosità, procurando la digestione, & prouoca appetito; talche i conualescenti, che l'hanno deprauato la possano bere sicuramente. Et a questo proposito diremo quel, che afferma Arnaldo di Villa noua nel libro del reggimento di sanità nella seconda parte al capitolo primo, che l'acqua che sa di ferro conferisce all'intemperie calda di fegato con aiuto delle sue virtù natu-
rali,

rali, apre l'opilationi de i reni, & gli purga dalle mucoſità, & arenelle. Ha virtù ancora contro i dolori colici, e di fianco, e ſopra il tutto conferiſce al mal di madre; conſuma quelle humidità, che vengano per rilaſſatione, ò per altri effetti da i membri ſpermatici, & a confirmatione di quanto ſi è detto volemo per ſua gloria interporui l'autorità d'Auicenna, il quale nel capitolo delle diſpoſitioni dell'acque nel primo libro loda grandemente l'acque ferruginee, coſi ſcriuendo. *Aquæ præterea, quibus ſubſtantia admiſcetur metallina, aut ſimile, aut ſanguiſugales, omnes malæ ſunt, licet aliquæ, veluti ferreæ interna membra confirment ſtomaci putredinem auferant, appetentiam eſcitent*. E però ſi conclude, che queſto bagno hauendo, e ritenendo in ſe qualità di ferro, zolfo, e nitro deue giouare a tutte l'infermità fredde, e humide; come per continua eſperienza ſi proua, che ha giouato, e gioua d'anno in anno, purche ſi vſi a i tempi debiti, cioè di eſtate cominciando al Solſtitio eſtiuo, e con l'altre narrate conditioni, che ricercano tutti gli altri Bagni. Dicono i noſtri Cittadini oſſeruatori, che in quell'anno è valente queſt'acqua (& il ſimile ſi può intendere di tutti i bagni) quando aſſai tuoni ſi odono, ſi vedano aſſai baleni, e ſen-

tonsi terremoti, facendo di qui argumento, che per il tremare della terra, discuotersi, & aprirsi gl'esca fuori delle viscere assai copia di zolfo, & altri minerali, che poi soprauenendo l'acque, si augumentano le virtù, e qualità de i bagni.

L'altro bagno, che si troua nel nostro territorio, si chiama il bagno di Mont'alto, & è lontano dalla Città 13. miglia nel destretto di vn principal castello detto la Fratta, il qual bagno appare manifestamente lotoso, negro, e fetido; la miniera del quale è bituminosa, aluminosa, & vn poco zolfurea, e però non è marauiglia si è di brutto colore, e di sostanza grossa. dicano i Conuincini, che l'inuerno, & la prima vera ha vna calidezza rimessa, nell'estate poi è caldissima, e bollente mediante i raggi del sole, che reflettano in quella grassezza di bitume, ò vogliam' dire aspalto; i cui fumi puzzolenti; molte volte si è trouato hauer fatto cascare gli vccelli volanti, & altri animali seluaggi esser morti dentro, mediãte le sue male qualità nociue a i sani, maa gl'infermi, nõ percioche questo bagno per quanto dicano alcuni, che ne trattano ha principalmente proprietà di giouare alla debolezza delle gionture, e mediocremente le riscalda, con esiccare, e risoluere quella humidità fredda, che vi si

troua

troua, e però in pochi giorni suole mollificare le durezze nate in qual si voglia luogo del corpo, & al giuditio mio deue prestare a i podagrosi grandissimo giouamento, e similmente a tutti coloro, che sogliano patire di gionture; vltimamente è prouato per gli scabbiosi; e coloro, che hanno l'vlcere, e piaghe vecchie, si se ne seruano con i debiti modi si risanano. Il miglior tempo dell'anno è di Luglio e di Agosto, e Settembre secondo le constitutioni de i tempi; ma sopra il tutto si deue osseruare, che l'aria sia calda, e che l'acque se sia possibile, non siano cōfuse dall'acque, ò pionane, ò altre che vi possano cōcorrere, dal che si refrangano, e rimettano le virtù, e qualità di tutti i bagni, che non è marauiglia poi, se non riescano a fare quell'effetto, che douerebbono con riscaldare, e desiccare, & fare quelle operationi, che sogliano fare da per se sole. La colpa poi non si deue attribuire a i bagni; ma si bene al tempo disordinato, & alle volte a noi medesimi, che per non essere ben'bene purgati, non habbiamo la materia ben disposta a riceuere, e concipere la forma della sanità; anzi noi prouiamo, & questo sia detto de tutti i bagni, che si non si vsano con i debiti mezi, ò nō operano niente secondo il desiderio, ò più tosto offendano, e di vita in poco tempo priuano.

Eſſortamo dunque tutti quelli, che ſi hãno da ſeruire de i bagni per l'infermità da bagni, che a i tempi debiti; & con le conditioni dechiarate ſe ne ſeruarlo, ſuppoſto in primis, & ante omnia il conſiglio del Medico; & ſimilmente eſsortamo quelli, che ſi trouano in neceſsità d' hauere a ſeruirſi de i bagni per le ſopradette infermità, che ſi degnano di prouare queſti noſtri aſsicurandogli, che non riceueranno danno alcuno, anzi reſtaranno molto ſodisſatti con l'aiuto del onnipotente Iddio; e mi piace, pur che ſiano fatte le debite preparationi, e la ſtagione ſia calda, che ſi eleggano a dar principio, come ſi coſtuma ògni anno nella feſta del Precurſore San Giouan Battiſta.

Del modo di bagnarſi nel Fiume Teuere. Cap. XIV.

TRattando noi la materia dell'acque, e per accidente de i bagni, come quelli, che ſeruano al tempo dell'eſtate, ci ſarà leccito di ſoggiungere, e dire, che ſi troua vn'altro bagno nel noſtro territorio quaſi circumcirca alla Città, & per eſſere queſto ancora ſalutifero, & neceſſario all'vſo, e commodo di Perugia, ne faremo qualche mentione. Queſto è il bagno del ſerpeggiante Teuere, il

quale

quale è fiume preferito di bontà a tutti gli al
tri, e per hauere in ſe boniſsime acque veloce
al corſo, non turbate, ne fetide, ma chiare, di
buon ſapore, e corrente ſopra il ſaſſo, & me-
diocramente fredde, apporta queſto fiume
molti giouamenti a i corpi di coloro, che al
tempo de i gran caldi vi concorrano a ba-
gnarſi, e prima ſiamo di parere, che gioua a
certi mali, che poſſano prouenire da cauſe
eſterne, percioche con la ſua innata frigidità
indura la cute, richiama dentro il calore, e
lo fortifica, & vltimamente contempera gli
eſtuanti corpi, e gli rende temperati, e deco-
rati: per il che io lodo, e conſiglio, che nel
tẽpo dell'eſtate ciaſcheduno vi entri, e nuoti,
ſe sà notare, purche l'acqua nõ ſia molto fred-
da, ne torbida tre, e quattro volte il meſe di
Giugnio, di Luglio, e di Agoſto, & il ſimile
ſi può fare in qual ſi voglia fiume d'acque
buone, ne i paeſi però temperati, ò caldi;
deueſi in tanto auuertire, che i corpi ſiano va
cui da gli eſcrementi, e che non ſiano digiu-
ni, ne meno cibati di cattiui cibi, per non pa-
tire imbecillità delle forze, e ſtanchezza di
tutto il corpo: ſoggiungendo di più per ri-
cordo approuato a quelli, che vogliano ba-
gnarſi, che non s'immergano nell'acque a po
co a poco; ma tutto a vn tempo, & la ragio-
ne è in pronto, eſſendo che i Filoſofi ſi arroſ-

F 3 ſiſcano

ſiſcano di parlare, e non render ragioni; ſia dunque queſta, che quelli, che entrano nell' acqua ſenſatamente ſono il più delle volte preſi da vn certo horrore di tutto il corpo per il mouimento del calore, e del ſenſo inequalmente; e però dico, che l'huomo ſpogliato, che ſi è, ſarà bene, che ſi facci vn poco di sfrega vniuerſale da per ſe ſteſſo, che queſto eſcita il calore, da forza a i muſcoli, corrobora i nerui, e tutti i membri ſi riſuegliano; & fatto queſto, alcuni ſono ſtati di parere, che ſi debba fare vn ontione generale per tutto il corpo con olio cõmune; e poi affatto immergerſi nell'acque, & iui dimorare vn quarto d' hora ò doi, e ſino a vn hora al più; e queſto nõ ſi facci d' altro tempo, che d' eſtate, quando ſono i caldi grandi, & paſſato il mezo giorno verſo la ſera per riſpetto del ſole, che nõ ſcotti le carni; e l'acqua ſarà aſſai più calda, che al tempo del mezo giorno per l'impreſsione preceduta, & impreſſa nell'acque da i raggi ſolari, volendo con queſta dechiaratione togliere il dubbio, perche cauſa è maggior caldo il giorno, due, ò tre hore dopo mezo giorno, che nel mezo giorno, eſsẽdo, che in cotal tẽpo il ſole ſia più vicino a noi, ſtãdo cõ i raggi perpendicolari, & all'hora douerebbe moſtrare gli effetti ſuoi in riſcaldare, & abbruſciare per dir coſi l'acqua, e la terra. Per

tanto

tanto essendosi concluso, che l'acqua deue esser calda, ciascheduno potrà pigliare per auertimento di non si mettere a bagnare, quando l'acqua sa di qualità fredda, perche nuoce generalmente a tutti, ma principalmente a i putti, e giouenetti, che nō sono finiti di crescere, percioche a questi l'acqua fredda gl'impedisce, e toglie l'angumento del corpo, e massimamente se si assuefanno alla notatione, e per piacere lungo tempo vi concorrano, e dimorano etiam nell'altre stagioni; nelle quali nō è leccito in modo alcuno, percioche nella Primauera nō conuiene impedire quel moto, che vien fatto dalla natura, mentre preparando buona copia di sangue, che in tal tempo si genera, questa gran madre natura dilata le vene facendo penetrare, e perfondere il sangue nelle parti sode, & estranee del corpo. Nell'Autuuno poi, e ne l'Inuerno conuiene assai mā co; percioche quel effetto, che l'acqua fredda ci presta di estate, ehe mediocremente fredda si deue intendere, il medesimo, e più ci rende, e sodisfa cumulatamēte lo stato del cielo nell'Inuernata, e nell'Autunno, tāto in condensare la cute, e le parti esterne, quanto in corroborare il calore nelle parti interne; e però si dice che solamēte di estate si deue vsare questo modo di bagnarsi ne i fiumi per cōseruarsi sano: Per curarsi poi dice Gal. nel 10. lib. del metho.

poter vſarſi in tutti i tempi, & nella febre hetica, ò vero maraſmo, quando i corpi ſono conſumati, e deſtrutto l'humido radicale, all'hora preferiſce l'vtilità del bagno d' acqua ſemplice mediocremente fredda dopò il bagno d' acqua dolce calda (che calda vuol eſſere quanto ſi può compatire da i Patienti) lo preferiſce, dico, a tutte l'altre attioni, che ſi propongano da i Medici, e ſi fanno in ſimile infermità eſtreme, e deſperate. Concludemo dunque di nuouo, che ſolamente per i gran caldi dell'eſtate ſi deue vſare il bagno di queſto fiume; il qual ſerue anco ſi per macinare i grani, e far farine, ſi anco per molti altri commodi neceſſari alle Città, che ſenza acque correnti ſtentano; Onde Ariſtolobio dice hauer veduti più di mille Borghi abbandonati, perche il fiume Indo ſi era volto altroue; et in molte Città poſte in luoghi aridi e ſecchi eſſere ſtate condotte l'acque, come ſi legge di Babilonia, doue vi fù condotto il Tigre, e l'Eufrate. Et noi Perugini, che hauemo coſi bella commodità di vn fiume di perfettione, e vicino vn miglio in circa alla Città, dobbiamo vſare queſto bagno nell'eſtate, ſi per piacere, ſi per vtilità, e reggimento del viuer ſano; volendo a queſto parimente eſsortar tutti i populi per doue paſſa il fiume Teuere, ò altri fiumi, che di bontà ſi accoſtano

no a questo, che concorrano a bagnarsi a i tē pi detti, e con le narrate conditioni, che gli sarà d' vtile grandissimo, si per alquanto essercitarsi, si anco per fare vn'euacuatione, ò sensibile, ò insensibile di molti vapori, & escrementi nociui, che l'estate soprabondano per tutto, & in tutti i corpi viuenti, che sono pieni di essalationi, e di sudore; oltre che l'animo si ricrea d' andare in quei tempi in villa, e masſime vicino alla Città, doue par che sia più leccito di fare tutto quello che ci vien bene, conforme al detto di Martiale.

Da che pur vuoi saper quelche io fo in villa
Sappi ch'hor mangio, hor beuo, hor canto hor giuoco
Hor mi lauo, & hor ceno, & tal hor dormo
Hor leggo, hor desto Appollo hor muse incito.

Si comincia far elettione, qual sia la migliore acqua. Cap. XV.

HAuendo noi hormai discorso della natura, e proprietà di tutte l'acque, douemo per non esser tenuti lunghi nel dire, e concludere, prestamente venire al nostro intento, e fare elettione della più perfetta acqua, che habbiamo a beuere; e però ne proponemo in questi doi capitoli di risoluere il tutto, essendo, che i moderni si contentano de lla breui-

tà, & a me piace estremamente vsarla in tutte le mie attioni. Dico dunque, che l'acque delle fontane, che scaturiscano dalle vene sabulose arenose, e petrose, si lodano sommamẽte per bere al genere humano, e Galeno le cõmenda più di tutte l'altre; essendo che si partano dalle sommità, e cauerne de i monti, e penetrã do fra sassi, & arene, e luoghi angusti della terra, forza è, che si ritenghi ogni viscosità, e grossezza terrestre, rimanẽdo, come apunto si desidera, e vuole essere chiara, monda, e sottile. Si racconta nella scrittura sacra del testamento vecchio, che di tale acqua dimãdarno, e beuerno gli hebrei dopo, che furno pasciuti di manna nel deserto per 40. anni, e perche tale non si trouaua, soggiunge, che Iddio mostströ a Moise vna bacchetta, ò verga, che vogliam dire, di tanta diuina virtù, che tuffandola nel acque grosse, e salse le faceua a vn batter d'occhi diuentar sottile, e dolce: e quando gli mancaua acqua d'ogni sorte, Moisè prendeua la verga, con la quale fece per voluntà diuina il miracolo di allargare il Mar rosso, & percotendo con essa le pietre, miracolosamẽte n'vsciuano fonti d'acque viue tanto delicate, e saporite quanto il gusto loro a satietà poteua desiderare; di maniera che S. Paulo sclamò nella prima a i Corinthi al cap. x. seguitãdogli la pietra; quasi volesse dire, l'acqua, che

vsciua

vſciua dalla pietra viua ſecõdaua,e ſodisface-
ua il guſto loro,vſciẽdo delicata,dolce, e ſapo
rita; e perche per prima dalla natiuità haue-
uano aſſuefatto lo ſtomaco a bere acque groſ
ſe, e di cattiuo ſapore, che tali, & non al-
trimente ſi trouano nel Egitto; e di più ha-
uendo ſtomachi gagliardi aſſuefatti alla car-
ne di boue, di cipolle, e d'agli, e di tal ſeme
erano conceputi, e generati, non potendo
più ſentire nello ſtomaco vn cibo coſi leggie-
ro, delicato, e di tanto poca reſiſtenza (che
neceſſariamente biſognaua,che ſi conuertiſse
in humor colerico,& cõſeguẽtemẽte quaſi gli
abbrugiaſſe lo ſtomaco) diſſero a queſto mo-
do, l'anima noſtra hor mai ha nauſea que-
ſto leggieriſsimo cibo, per il che lamentan-
doſi di tanta delicatezza gli fù prouiſto del-
l'alro. A queſto propoſito dice Galeno,che
l'acqna vuole hauere le medeſime qualità
per cuocerſi bene nello ſtomaco, e non cor-
romperſi, che il cibo ſolito, che noi man-
giamo, verbi gratia ſe lo ſtomacho noſtro è
gagliardo biſogna, che gli diamo cibi groſsi,
e di dura digeſtione, e che riſpondano a pro-
portione; ma ſe egli è debole, e delicato tali
ancora hanno da eſſere i cibi; queſto iſteſ-
ſo douemo conſiderare nel acqua: onde noi
vediamo tutto il giorno, che gli huomini
di certi paeſi, che ſono aſſuefatti a bere

acque

acque grosse, non si cauano mai la sete con
con le sottili, ne le sentano nello stomaco;
anzi gli accrescano maggior sete, e perche lo
smisurato caldo dello stomaco l'abbrugia, e
le risolue subito, per non hauer resistenza alcuna,
e per non essere cibo proportionato,
& per questo comanda Galeno a gli huomini,
i quali sono di complessione molto calda,
che non mangiano a digiuno cose melate, se
zuccarate, ne altri cibi leggieri; perche in
cambio di cuocersi, e digerirsi, si corromperanno,
& verranno a seccarsi; & cosi perderanno
il proprio, e naturale temperamento,
causando, & dando principio a qualche male;
dulcia.n.bilescunt in corpore bilioso: voglio
dire, che le cose dolce si conuertano in bile
ne i corpi biliosi; & imbeuendosi le vene di
tal succo; alle volte non restano cosi ben purgate,
che non soprabondi qualche poco di superfluità,
la quale cacciata dal puro sangue,
si volge alle parti del corpo più deboli, & meno
potenti: e di qui nascano molte infirmità
accompagnate da altre cagioni. Si può dunque
concluderere, che l'acqua vuole essere
proportionata, e secondo le complessioni,
acciò faccia quell'effetto, che deue fare; e quei
paesi, che hanno l'acque buone hanno vn grã
dono dalla Natura: la onde Diodoro dice,
che l'India ha in gran parte huomini grandi

gagliardi,

gagliardi, e dotati d' acuto ingegno; perciòche questi habitano in aria sanissima, e beuano acque molte salutifere, le quali acque sono cause di far questi, & altri buoni effetti a chi di continuo ne beue; il simile volendo intendere de gli altri paesi a questi simili, ò poco meno, in quanto alla temperatura dell'aria.

Si tratta dell'acqua piouana, e di sua bontà, & in fine si loda più l'acqua di fonte.
Cap. XVI.

E dubbio apresso i Medici se l'acqua di fonte ben conditionata debba esser preferita di perfettione all'acqua piouana, la quale, come si è detto dimostra hauere in se vna grãde eccellenza; e però ne faremo comparatione interponendo l'auttorità di grauissimi Authori per l'vna, e per l'altra parte, soggiungendo queste cose sopradette, e da dirsi essere molto necessarie al parer mio da sapersi da tutti, ma in particolare da gli scolari, che vogliano far professione di conseruar la sanità, & a chi l'ha perduta raquistarla; per isaper benissimo le condition dell'acque, affinche indi a poco possino concedere, & ordinare tanto a i sani per conseruargli, quanto a gli infermi per curarli, l'acque di natura laudabili; come sono quelle delle fontane, &

piouane

piouane tãto lodate da Hipocrate in quel ſuo libro de bonitate aquæ, le cui parole ſono queſte, *aquas pluuias ſcio leuiſsimas eſſe ſubtiles, bonas, ac guſtui dulces*; & il medeſimo in quel libro intitolato *de aere, aquis, & locis* le commenda; & rende le ragioni, & principalmente per eſſere attratte la sù da i raggi ſolari, & depurate come ſi è detto di ſopra; & Auicenna lo conferma reſolutiſsimamente nella ſeconda del primo nel cap. 16. doue ſi tratta delle diſpoſitioni dell'acque ex profeſſo affirmando, che l'acqua piouana, per eſſer sẽplice, non è tanto inclinata alla putredine; e per queſto tiene eſſer miglior dell'altre. Parimente Galeno nel ſeſto libro delle compoſitioni de i medicamenti ſecondo i luoghi inſegna, che alcuni elettuari non ſi componganno con altr'acqua, che di ciſterna, e per auertimento particolare nel detto luogo comanda, che non ſi componghi il medicamento, ò elettuario detto Diacodion con altra acqua, che piouana, per fuggire il per icolo della corrottione; & Cornelio Celſo tra i Latini principaliſsimo Autore nel ſecondo libro del ſuo volume nel cap. 29. verſo il fine la loda grandemente, per fare ogni reſiſtenza alla putrefattione. Ma qui naſce vna gran difficultà, e contraditione, la quale è queſta, cioè, Hipocrate, Galeno, & queſti altri graui Autori non

ſono

sono sempre di vn medesimo parere; Et cominciando da Hipocrate, dice in quel libro citato *de aere, aquis, & locis*, che l'acqua piouana, è più di tutte l'altre sottoposta alla corrottione, e del medesimo parere è Paulo Egineta nel 1. lib. nel cap. 56. & Gal. lo conferma nel primo libro de *differentijs febrium* nel cap. secondo, & così gli altri scrittori confermano di mano in mano. Che dunque diremo noi huomicciolì, quando gli huomini grandi non sono da cordo tra di loro? sarà forse meglio il tacere, che il contraporsi, ò riprendergli nò, nò, *neque hoc, neque illud*; & però sforzandoci noi a leuar via queste tali contradittioni, bisogna dire, per venire vna volta al nostro intento, che non tutte l'acque piouane sono soggette alla corrottione; per la qual cosa faremo vna diuisione di due sorti d'acque piouane, come fà Galeno nel libro sesto de i morbi volgari nel comento decimo nono, vna la dice procellosa, e nimbosa, la quale la condanna grandemente di mente di Hipocrate, e l'altra la chiama etherea, cioè pioggia piccola con qualche tuono: mentre dunque costoro dicono infiniti mali dell'acqua piouana, si deue intendere della procellosa; cioè quella, che viene con furia, e con tempesta; & questa è bene,

(non

(non dico a i Signor Medici, che lo ſanno be-
niſsimo, ma a gli aſsiſtenti de gl'infermi, &
altri) che in ogni modo la fuggano per eſſer
cattiua, inſipida, e dannoſa; e maſsime quel-
la, che cade al tempo dell'inuerno, ò altra
ſtagione, con furia grandiſsima da qualche
ſubito nembo con tuoni horribili, folgori, e
tempeſta; & queſte tali acque non ſi deuano
vſare in modo alcuno di mente di Galeno nel
libro ſeſto de i morbi volgari, perche ſono
groſſe mediante i vapori riſoluti; e ſe ſi fer-
mano in qualche luogo facilmente per poco
ſpatio di tempo s'infettano dalle rane, & al-
tri vermi, che in certi tempi ſpargano il ſe-
me, e però quella, che ſi conſerua nelle ci-
ſterne, che non è altro che piouana ò da fon-
ti, ò fiumi condotta per canali, o portata,
non par, che ſia veramente coſi lodeuole; quã-
tũque molti medici la cõmendano, forſe non
penſando più oltre; ma noi che facciamo pro-
feſsione di dire qualche coſa di nuouo, ſiamo
di parere, che l'acqua di ciſterna ſia non ſola-
mẽte vitioſa, per eſſere vna meſcolãza di di-
uerſe acque, piouute in diuerſi tempi dell'
anno; di grandine, e di neue ſcolata da i tet-
ti, e de i piani de i terreni: ma è pericoloſa,
che ſtando ferma, non vi ſi generi coſa peſti-
fera, e velenoſa, come io ho inteſo, che ap-
preſſo la Puglia in Italia, non ha gran tempo,
che

che suscitò vn veleno di sorze incredibili, che per il morso d'alcune Tarãtole, che si generarano nell'acque ferme, e putride gli huomini cascauano in varie spetie di pazzie, e diuentauano infuriati, cosa marauigliosa a dirsi, che dopo il fatto non appariua enfiagione, nè liuidezza alcuna in alcun lato fatta dall'acuto morso della velenosa bestiuola: ma solo gli accidenti erano manifesti, cioè restauano attoniti, e pazzi, e perduta la mente si lamentauano dicendo mille sciocchezze, e se i rimedij non erano presti, si moriuano; e frà gli altri rimedij, il migliore era, sentendo il suono, saltare, cantare, & essercitarsi a far cose secondo che il desiderio, e pazzia loro gli guidaua insino a tanto, che per stracchezza non poteuano più; per la qual cosa ne veniua vn copioso sudore per più giorni, e con tal mezo si racquistauano la lor perduta sanità, facendo indi proposito di non più fidarsi di simili acque cattiue, e vitiose: onde gli altri vedendo gli essempij auante; non si deuano fidare dell'acque d'alcune cisterne cattiue, percioche ogni acqua, & in particolare la piouana, che stia insieme raccolta senza mouersi, & al coperto, presto si putrefa, & corrompe; e tanto più è cattiua quanto più vi si troua esser dentro acqua di tempesta, ò di neue, la quale secondo l'opinion di Galeno nel libro,

libro, che fà della bõtà dell'acqua è pessima; imperòche quella, che si scola, e si risolue dalla neue, e dal ghiaccio, se si beue, impedisce la digestione, ritiene l'vrina, percuote, & opila i nerui, & con la sua attual frigidità rende stupefatti i membri, & quasi dormigliosi, e semimorti, genera la pietra nella vessica, prouoca, e nutrisce qualche scirro, e l'hidropisia, e se si beue a stomaco digiuno l'offende grandemente, genera tosse, ventosità, e stupefa i denti, conforme a quella bella sentenza d'Hipocrate nel V. lib. de gli aforismi. *Frigidum nocet neruis, ossibus, & dentibus.* Et queste male qualità, credo, che nõ gli succedano per altro, se non perche quando ella si constrinse, e congelò nell'aria, si risoluè da lei ogni parte sottile, restando la parte densa, e grossa; & per queste ragioni ci pare, che l'acque di cisterne non debbano tenere il primo luogo di bontà trà l'acque, come hanno affermato alcuni; confermamo bene secondo l'autorità dette, che l'acqua piouana d'estate senza procella conseruata in in buone cisterne, doue vi siano de i pesciuoli, che si nutriscano d'alcune mucillaggine dell' acqua, e terra, e la rendano purgata, e chiara; e doue anco vi sia perpetuamente vn altro vaso, ò cola, che la sbatti, & che la mantenghi viua, sia migliore, & più vtile di qual si voglia.

voglia ; ma se questa si mescola, e confonde con l'altre acque pioute in altre stagioni,nõ è dubbio,che riceue alteratione , e di buona diuenta vitiosa ; talche per fuggire ogni inconueniente,che ne potessesuccedere,ò presentaneo,ò futuro;consigliamo, che in certi tempi sospettosi l'acqua di cisterna si debba cuocere,& poi porla da parte a rafreddarsi, e di quella seruirsi per vso,e bisogno di bere. Quelli poi,che hanno commodità di poter bere l'acque di fontane da noi tanto lodate , e con ragioni, & autorità, si nel principio , come nel mezo , e nel fine di questo discorso, non deuano seruirsi d'altra sorte di acqua ; e tanto più quando le sodette fontane hanno le conditioni, e circostanze , che si ricercano,e che di sopra habbiamo accennate ; imperò che l'acqua di quelle si mantiene tutta, e tutto l'anno in vn medesimo modo ; onde questa vien lodata più di qual si voglia per esser purgata da i venti, & visitata giornalmente da i raggi del sole , e per godere l'aria chiara , e vitale; la cui acqua è luccida , e sottile ; anzi posta sopra vn candido telo non lo macchia,& cotta nõ fa posatura, e questa è quella,ch'altre volte dicẽmo esser buona , la quale hauendo buon sapore,odore , e colore, non ha punto di colore , odore, ne sapore di sorte alcuna; E questo basti

in queſta materia. Habbiamo dunque detto della natura dell'acque, e breuemente diſcorſo qual ſia migliore per bere per vſo di ſanità in fra le ſette, cioè piouana, di fonte, di fiumi, di pozzi, di neue, e ghiaccio, de i laghi, e del mare.

Di quanta neceſsità ſia il bere. Cap. XVII.

AFfinche il noſtro ragionamento Signori miei ſi renda tutta via più giocondo più diletteuole, e più vtile, douete ſapere, che ogni animale ha di biſogno dell'alimento, altrimente non potrebbe creſcere, e molto meno viuere; e però la natura come benigna madre ha ordinato il cibo; il che tutto ci notifica il noſtro Auicenna, a cui tāta fede habbiamo, quanta ſi dee hauere da dotto, e perito huomo; dicendo, che il cibo non è altro, che nutrimento, che ſi da al corpo per ſoſtentatione, la cui vera operatione è l'accreſcere, e fortificare quelle coſe, che hanno biſogno d'accreſcimento, e di fortificatione, come è il calor naturale, e riſtorare tutto quello, che ſi perde per diſſolution del corpo non cibato, & ridurlo al priſtino ſtato, come ſi troua ſcritto nel teſtamento vecchio d'Helia Profeta.

Preſe

Prese il Profeta il cibo, e confortossi.
Ma mi dirà qualcheduno se col cibo quotidiano andiamo ristorando continuamente il deperduto humore, quale è la causa, che non sempre si viue? Io risponderei, ciò per doi cause auuenire, vna perche il cibo ristoratiuo *non facit ad equiualentiam qualitatiue.* e l'altra perche *virtus in agendo atteritur*, pigliando in questo similitudine dalla lampada accesa, nella quale quantunque vi si ponghi di continuo olio purissimo, tuttavia si consuma il lucigno; e per hauere vna vita lunghissima, però sino a vn determinato tempo, come dice il sottilissimo Scoto nel 2. delle sent. dist. 19. q. prima parlando d'Adamo; bisognarebbe il legno della vita, del quale disse S. Agust. nel lib. 14. de ciuit. Dei. *Aderat homini in paradiso cibus ne esuriret, potus ne sitiret, lignum autem vitæ ne senectus eum dissolueret.* il qual legno era ordinato, per ristorare ad perfectã equiualentiam l'humido radicale, che si consuma continuamente dal calor naturale in tutti gli huomini, i quali sarebbono vissuti, come si è detto lũghissimo tempo, e poi traslatati in cielo; ma perche questo ci fu tolto per il primo peccato bisogna a tutti d'andar cõtinuamente stentãdo, alcuni inuecchiarsi, e tutti finalmente morir di necessità. Il che

ben considerò S.Paolo quando disse a gli Hebrei al cap.8. *Quod.n.antiquatur, & senescit prope interitum est.* E per viuere sino a vn certo tempo, che non si sà, bisogna necessariamente mãgiare, e bere, il qual mãgiare, e bere prima descende nel ventricolo, il quale è veramente quello, che gouerna, & da nutrimento a tutti i membri del corpo, e però vien detto padre di famiglia, perciòche esso cõcuoce, come in vna caldara tutto il cibo, che masticato vi concorre, & dilì concotto per spatio d'alcune hore lo stomaco lo manda a gl'intestini, doue per mezo delle vene meseraice vien portato la miglior parte al fegato, il quale è membro fra i quattro principali principalissimo, & principio della vita nostra, nel quale si fa la seconda concottione, conuertendosi il cibo in sangue, il quale distribuendosi per le vene, & arterie, si dice essere la vita, e l'anima propria dell'animale, secondo il parere di molti Filosofi; e specialmente ciò racconta il Prencipe de i Peripatetici nel primo libro dell' anima tex. 32. percioche si vede per esperienza, che ogni animale si muore mentre il sangue del corpo in buona copia gli esce. L' vltima concottione si fà ne i membri, e si dice farsi nell'vltimo dell'asimilatione del nutrimento nella sostanza notrita, cioè quando

do quelche notrisce, si va asimigliando al le parti similari, come a carne, a nerui, a osi,e simili. Di più il cibo ha virtù di scaldare, rafrdedare, e confortare i membri principali, e tutto il corpo con le sue qualità; le quali mediãte l'operationi calde, fredde, humide, e secche, e temperate conuengano al cuore, allo stomaco, al fegato, alla milza, & a ciascuna parte del corpo. In molti luoghi poi vi sono vene angustisime, ò capillari, come nel mezo del fegato, e nel le parti sode del corpo, però fù dibisogno, che la natura ordinasse molto, e sottile humore nutritiuo, accioche più facilmente il cibo potesse penetrare nelle dette vene assai piccole a dar nutrimento; & affinche questo gli succedesse meglio, ordinò il bere; imperò che gli alimenti erano alle volte troppo secchi, e sodi; onde le genti per istinto naturale cominciorno a bere acqua ordinata dalla natura, per far la mistione migliore; e poi fù dato principio a bere il vino, ò qualche altro liquore, che poteua seruire in luogho di vino: e di questi alcuni costumauano di bere dopò la digestione. Altri a stomaco digiuno, altri dopò, e finito il mangiare; & altri mentre si mangiaua. Ma per intelligenza di questo si deue notare, che il bere è di due sorti; secõdo l'opinione de i più valenti Medici.

vno è medicinale, cioè curatiuo, e l'altro pur dicano medicinale, ma conseruatiuo. Il primo, che è curatiuo, si può pigliare a digiuno, verbi gratia se qualcheduno patisse d'intemperie calda di stomaco, & per questa causa si sentisse vna gran sete, siamo di parere, che molto gli cōuenghi l'vso dell'acqua fredda; ò vero all'incontro se patisse d'intemperie fredda gli conuerrebbe vna beuuta di vino puro, del quale la natura molto si diletta, e cōpiace: ma quando non vi fosse ne l'vna, ne l'altra intemperie; non si deue bere a digiuno. L'altro bere detto conseruatiuo è di due sorti, vno chiamamo commistiuo, e l'altro delatiuo de cibi; il commistiuo da alcuni si piglia tutto dopò pasto a guisa de boui, ò altri animali bruti; il che io non laudo, come ne anco il bere due volte solamente a vn pasto; percioche se questo bere fù ordinato per commistione de cibi, & acciòche meglio si liquefacessero; quale è la causa, che facendosi questo meglio col bere spesso, che raro, non si debba passare il numero del dui, & arriuare al quattro, ò cinque secondo la temperie? è ben vero, che non si deue commettere errore in quanto alla quantità, la quale dicano i Sapienti di questa scienza, che deue corrispondere alla quantità del cibo, hauendo anche l'occhio alla qualità; perciò

che

che se i cibi fossero per natura caldi, ò vero aromatizzati; all'hora in questo caso fa dibisogno augumentare la quantità del bere; essendo che l'appetito del bere molto più difficilmente si può compatire, & è più noioso, che quello del mangiare; affinche dunque i cibi non si habbiano da abbrugiare, & causar nocumento nello stomaco, sarà necessario di bere non vna volta, ò due; ma più volte con bicchier piccolo, e repetere spesso, secōdo la quantità, e qualità del cibo; purche, torno a dire, sia giusta, e honesta misura. Io per me così cōsiglio, e lo soglio vsare, cioè di bere ad ogni mutatione de cibi, e sempre vado ordinãdo, che il numero del bere nō passi il numero de i cibi; ma è ben vero, che l'vltime potioni le voglio, e deuano essere di buona misura, ò vero darsi piacere di bere vna volta più; e quest'ordine di bere trouo, che non solamente è di giouamento, per far la mistione de gli alimenti; ma delaua la lingua, la bocca, & il palato da i sapori, e qualità precedenti, disponendo a meglior gusto il sequente cibo: ma queste cose rare volte mi auuengano: imperoche io ordinariamente mi contento del poco, e fuggo le ricche, e splendide cene, e la diuersità de i cibi; quantunque tal volta sforzato da gli amici più cari io lo facci; ma nō l'approuo; percioche

non essendo tutte le cose d'vna natura medesima, chi si digerisce tardo, e chi presto, & l'vna impedisce l'altra; per il che non senza cagione Xenofonte racconta, che l'inuittissimo Rè di Persia Ciro si cibaua d'vna sol cosa, dando la causa a questo, che egli visse lungo tempo; del che nõ è da marauigliarsi, perciòche quel solo cibo veniua raccolto nello stomaco, presto si digeriua, conuertendosi in salutifero nutrimento; concludo dunque, che l'esser parco nella diuersità de i cibi, e nel bere diuersi vini, sia di grandissimo beneficio alla natura; anzi non solo è bene di schiuare la diuersità, mà la repietione ancora; onde vn prouerbio, che ci insegna di viuere, dice, assai mãgia, chi poco mãgia; & cosi per il cõtrario, chi vuol viuere assai, & in sanità vsi in ogni cosa mediocrità; imperòche il molto cibarsi cõtinuamente, è nociuo nõ solo al corpo, ma all'anima ancora; il che cõferma S. Ambrogio, quãdo dice. *Immodicũ cibũ; & animæ, & corpori detrimento esse*. L'altro poto, ò bere che noi Medici chiamamo delatiuo è ordinato, e detto cosi per essere vehicolo, dell' alimento, & di questo hanno maggior bisogno quelli, che hãno lo stomaco caldo, & ãco quelli, a i quali è difficile il digerire, & hanno lo stomaco ventoso; & questo, è da notare, che il bere nõ

è lecito a ogni hora per non impedire quel moto, & ebullitione, che fa la natura mentre concuoce; ma si permette fatta la cõcottione; accioche i cibi non descendano al fegato mal digesti, e con molta difficoltà per essere alquanto sodi per la cottura; & hauete da sapere, che la perfetta digestione s'intende sette, ò otto hore dopo pasto, e più, e meno secõdo la calidità dello stomaco, il quale quãdo ha digerito si sente sgrauato. Per la qual cosa Noi dannamo il consiglio d'alcuni Medici, i quali sono di parere, che il giorno frà giorno si possi bere, credendosi, che basti pigliare due oliue, condite nell'aceto, pero, ò melo, ò altro frutto, ò che sia fresco, ò pure condito in mele, ò zuccaro, e poi bere; dicemo dunque, che questi errano grandemente, imperoche questo modo di bere porta facilmente quel succo indigesto al fegato, doue si fà vna mescolanza, di cose crude, e cotte; il che è nociuo assai per autorità d'Hipocrate. E ben dunque a recedere dalle male consuetudini, & abusi in ogni tẽpo; ma perche, Noi ragionamo dell'estate nel qual tempo i giorni sono lunghi, e caldi, però confirmamo il parer d'alcuni, che si possi bere a digiuno, attento che la natura lo va permettendo in tale stagione per la continua risolutione de spiriti, & affinche i corpi non si esiccano

esiccano troppo. In oltre ragionando di questa materia ho giudicato esser cosa espediente di dechiarare., se la mensa deue sigillarsi con il bere, ò con il mangiare; e però si ha da notare, che colui, il quale si troua la bocca dello stomaco humida, ò vero, che habbia il ceruello debole, e che malamente resisti alla fumosità, e grandezza del vino; questo tale ha di bisogno nell vltimo luogo di cibo astringēte come pero, ò melo cotogno cōdito cō miele, ò zucaro, ò in qualche altro modo cotto, ò vero qualche altra cosa simile; e dapoi questo non deue seguitare altro bere per consiglio di Dioscoride, Galeno, Paulo, Aetio, e Plinio, i quali di cōmun volere dicono, che in tal caso si debba sigillare. la mensa con il cibo, ò vero con vn bicchiero d'acqua pura. *Aqua post commestionem, & vini potum, est bibenda, ne vapores caput tentent.* Quelli poi, che hanno lo stomacho caldo, e secco, che più de gli altri sono molestati dalla sete, deuono bere, e ribere al fin della mensa, e con quello concluderla, e per vtile, e per piacere. Essorto dūque, e questi, e quelli, che debbano cōcludere la mensa con il bere il vino, che sia ben temperato con acqua fredda, affinche quell'vltimo cibo descenda dalla gola, si liquefacci, e si radduni con tutto il cibo, & la bocca, &

i denti restino ben purgati, si per vtilità del parlare, si anco per mantenergli sani. Habbiamo dunque sin'hora detto, che si debba bere; ma in che modo, non si è ancor toccato, è però diciamo del ber fresco, delle sue virtù, e perche causa ne trattamo, per non parere d'essere affatto capricciosi.

Si ragiona della necessità del ber fresco, e si dechiara quanto vtile apporti a tutte le genti. Cap. XVIII.

HEbbe origine il ber fresco dalla necessità, che tutti generalmente habbiamo di conseruarci; per la qual cosa si dice, che egli è vn'appetito naturalmente innato in tutti gli animali per dar pasto, e ristorare quell'humido, nel quale consiste la vita nostra, di cui si pasce, e continuamente si va perdendo: laonde Platone si mosse a definire la sete per appetito d'humido, e di freddo, se ben poi altre volte parlò indifferentemente: ma Aristotele, che fece professione d'intender la natura di tutte le cose, meglio di Platone, e de i Filosofi antichi, volendo definire la sete, e la fame, disse distintamente. *fames est appetentia calidi, & sicci, sitis autem è contra frigidi, & humidi*: & per questa cagione la Natura cercando di conseruare al Mondo tutte le spetie de gli animali,

& alcuni indiuidui più che fosse possibile, prudentemente produsse l'acqua; affinche beuendosi ripari quanto più si può a questo continuo nostro deperdimento; la fece poi fredda, & humida, acciò che fosse rimedio della sete, & contemperasse il calor de i cibi, perilche Hipocrate, Dioscoride, e Galeno conoscendo di quanta necessità fosse al Mondo l'acqua, che deue seruire per bere, volsero manifestarci le migliore, dicendo, che la bõtà dell'acqua consiste nell'esser priua d'ogni sapore, d'ogni odore, e colore; e che di più ha da essere chiara, leggiera, e fredda conforme al detto nostro di sopra, e da vn Poeta latino nel miglior modo confirmato.

Lympha salubris erit, nec nõ perlucida, si nõ
Sit color vllus ei, non odor, atq; sapor

E tutte queste buone qualità deue hauere, affinche insieme col cibo possi ben digerirsi, e senza causare ostruttione, penetrare il fegato, e facilmente conuertirsi in sangue. Auicẽna similmente la volse lodare, quando disse, che l'acqua fredda conforta lo stomaco, gioua a coloro, che patiscano flussi e scorrenze di corpo di qualsiuoglia sorte, e da che parti si vengano, & questo si proua giornalmente, che con vna beuta d'acqua fresca alcuni si guariscano di flussi sãguigni, e colerici, & altri infermi costumando di bere freddissimo

in poco

in poco tempo si sanano di dolori, e passioni di stomaco; si come testifica Galeno nel settimo del methodo in più capitoli, doue si gloria, che in vn giorno, anzi in vn hora cō vna beuta d'acqua fresca ꝑ ciascuno haueua risanati molti infermi, & deboli di stomaco, con fortificare anco tutte le virtù interne naturali, affinche possano fare perfettamente le loro operationi: cio è digerire, attrarre, ritenere, e cacciar fuori; ne per altra cagione, credo io, che Cornelio Celso persuadi nel primo libro a deboli di stomaco, che dopo il mangiare beuano vn tratto d'acqua fredda, & il medesimo comanda a tutti coloro, che patiscano flussi colerici, scorrenze di sangue, & in somma a tutti quelli, che sono di temperamento caldo, ordina, che beuano fresco tanto in principio, quanto in fine del mangiare; e tanto più in fine, quanto più vi si troua la vera necessità di bere fresco, il quale è tanto nobile, & vtile, che l'anima ancora dormendo lo mostra; poiche tutti quelli, che si sognano la notte di bere acqua fredda, mi dice vn graue Autore Greco essere bonissimo segno di sanità, e d'altri auuenimenti; e tanto più, quanto il bere gli parrà freddissimo. All'incōtro poi quelli, che sognano di bere acqua calda, gli suole significare infermità con offensione

fensione delle operationi sensibilmente; & rende la ragione dicẽdo, che l'acqua calda nõ è secõdo la natura, e quãto più gli par calda tãto più suol partorire, e significare sdegni, & afflittioni nõ solo a bere di tal acqua: ma ãco se gli paresse di far gargaritio, lauarsi la faccia, ò vero entrare invn bagno di acqua calda per lauarsi; questo tale cascarà in afflittioni, e calamità peculiari maggiori, e minori secõdo il feruore del bagno. Tutto il cõtrario si può prognosticare a quelli c'hãno sognato acqua fredda, ò per vso interiore ò esteriore. Auuertẽdo però per cõsiglio d'Auuicenna nella terza del primo, che colui, che mediante la sete appetisce di ber freddo, ò naturalmente, ò rinfrescato, deue prima procurare di fare buon fondamento col cibo; e di più non deue bere tutto in vn tratto, ma a poco a poco, & così continuando adagio, non è dubio, che gli sarà vtile, e si pigliarà più gusto di quello, che si beue; & questo si può fare, ò cõ vaso di bocca stretta, ò con vna tazza di cristallo fino piana, che d'estate da vn soaue bere; ma il miglior modo è d'adoperare il giuditio, e non lassarsi tirare dalla curiosità di bere, e dall'ampia licenza dei bicchieri grandi, e dall'orificio largo; contro il qual precetto disobediscono molti, i quali non prima si hanno po-
sto

sto il boccone fra denti, che subito voglia-
no bere freddissimo; e per essere lo stoma-
co voto non resta di riceuere nocumente
manifesto, il qual nocumento, e danno di su
bito attribuiscano alla mala qualità, e frigi-
dità del ber fresco, & non al male ordine, &
abuso, c'hanno tenuto, ò nel bere troppo pre
sto, ò senza misura, che tal volta la troppa
quantità reprime, e soffoca il calore natu-
rale; come appunto per essempio si vede nel
vaso, che bolle, nel quale gittandosi molt'
acqua fredda cessa a vn tratto di bollire. Il
qual disordine hauendo considerato Auicen
na, il quale fù Prencipe de gl'Arabi, & fiorì
ne gli anni di Nostro Signore 1100. disse, che
il ber freddo disordinato, & oltra il suo cō-
siglio causa molte infermità; ma se si beue
con ordine, così nel tempo come nel modo,
e misura, che si conuiene, fà i giouamenti
sopradetti; per tanto deue mirare ciascuno
come beue, e come è condecente; & in se me-
desimo facci l'esperienza del tutto; e se il ber
fresco nella maniera da noi detta, e da dirsi
gli giouarà, può venire continuando; ma
quelli, che sono infermi, e mal complessio-
nati non facciano questa proua senza cōsi-
glio del dotto Medico; percioche io per adess
so mi ho proposto nell'animo, & è intento
mio di persuadere coloro, i quali dal ber

fresco

fresco non possono riceuere danno alcuno;e ciò faccio ad istanza di molti Illustri Signori,e Gẽtilhuomini miei amici,e Patroni tanto compatrioti,come forastieri, che l'hanno in consuetudine,ne possono far di meno;imperoche se non beuano fresco, si toglie a loro l'appetito del mangiare;e se pur mangiono,non prẽdono gusto alcuno;& l'inghiottono con tristezza, nõ sodisfacẽdo a loro quel che beuono,ne quel che mangiano;anzi non beuendo fresco,si lamentano,e dicono , che lo stomaco gli si riempie di ventosità , non gli si leua la sete,lo stomaco tuttavia si rende più debole,e si corrõpe la digestione; dal che ne segue il principio di molti mali,& nõ è possibile,che loro si posano in modo alcuno mantener sani : & però per far l'officio quest'anno del Protomedico di Perugia cõseruatore della sanità,deuo andare, si come vado, raccogliendo da diuersi Autori le più approuate e scelte opinioni circa il mangiare,& ber fresco per il tẽpo dell'estate; e fatto questo, so in obligo di farne vn presente , acciò che tutti lo posano godere,e particolarmente gli amici , de i quali io ho sempre tenuta,tengo,e terrò sempre animosamente particolar cura,e protettione;che si conuiene;imperoche si come il Medico , ò chirurgo,che vuol farsi esperto nell'arte, deue ha-

uere

uere vn'essatta cognitione d'Anotomia de corpi humani; cosi anco deue tener memoria de suoi amici, & alle volte ritrouarsi a disinare con loro, & ber fresco, toccandogli il polso in sanità, vedendo, che color di viso, che costumi, che complessioni habbiano & a che sorte de mali siano più sottoposti per potere da quelli preseruare, & per far questo, che rieschi meglio, state attenti a vn mio pensiero, ben che sia fuor del proposto, e nel seguente comincio.

Del Medico, & quanto vaglia il Genio in ogni professione. Cap. XIX.

Ciascuno, che può si hà da procurare, che il Medico, al quale si cõmette la salute, e sua, e de suoi sia letterato, di buona esperienza, di buon giuditio, fortunato, nel che confidono molto gl'amalati, e che sia di buona razza, huomo da bene, e ricco conuenientemente, che se tale sarà, si può sperare, che non farà cosa, che sia contro il douere, e contro l'honor proprio, poiche in man del medico dopò Iddio stà la vita, e la salute dell'huomo; è ben dũque eleggersi il medico in sanità, tenerlo gratuito, & in quello confidarsi ne'bisogni. all'incontro poi vn tale sapiente, e fidel medico, a cui tacitamente l'amico si raccomanda, cioè

quando, ò per disordine, ò per altre cause casca in qualche infirmità, può giudicare quanto quello è lontano dalla sua sanità, & medicandolo sà a che consonanza d'humori l'hà da restituire, & a confirmatione di questo S. Giouanni Damasceno dice ne' suoi aforismi, *Cuius orinam nõ pernoueris sani, in eius medecina non appropriabis virtutẽ ægroti*. Et q̃sto à nessuno verrà fatto se nò à q̃llo, che hà buono, e corrispõdẽte ingegno ꝑ operare: che quando vn medico ciò nõ hauesse, sarebbe da riputarlo simile a vn mastro, il quale hauendo gl'occhi soffusi tẽta di fare edefitij; imperoche noi sappiamo che molti vengano all'vniuersità, & attendano a gli studi di Filosofia, & Medicina, & pochi si trouano, che in quelle facciano veramente profitto alcuni poi, che hanno l'ingegno habile, & che le studiano con diligenza, & ascoltano con attentione, supposto anco, che gli sia insegnato con carità, e perfettione se bene tal uolta hanno cominciato tardo a studiare, con tutto ciò sono riusciti gran letterati nella loro professione, & questo l'autentica Luca de Penna nella legge prima numero 24. in fine codice de studijs liberalibus vrbis Romæ lib. xi. il medesimo dice Giouanne da Lignano, & S. Agostino lo conferma scriuendo ad Auxilio Vescouo, si come si troua anco registrato

nel

nel decreto 24. quest. 3. canone si habes; anzi il gran Giuliano essẽdo vecchio, e graueme̅te amalato (e ciò referisce Pomponio Giureconsulto nella legge apud Iulianum digestis de fidei cõmissarijs libertatibus) disse, che se hauesse hauto vn piede nella sepoltura, hauerebbe ancor voluto imparare, tãto era innamorato delle lettere; e Cicerone nel lib. de senett, al capit. 2. in fine racconta di Catone maggiore, che in età senile si pose a studiare, & imparò lettere greche. Altri graui autori si trouano, i quali dicano nessuna età esser tarda a imparare, e se ben pare, che sia cosa più conueniente a vn vecchio l'insegnare, che l'imparare; niente di manco, è più conueneuole l'imparare, che essere, & morire ignorante, come bene conferma Senec nell'epistola 76. & io confesso hauer trouato molti altri scrittori essere di questo parere: anzi alcuni raccontano, che Baldo primario Dottore delle facultà legali, Gentilhuomo perugino dell'illustre, & antichissima famiglia de Baldeschi al presente nobilissima, & vna delle maggiori famiglie di Perugia. cominciò a studiar legge essendo di già vecchio, & burlandosi di lui gli altri studenti gli dissero, tu vien tardo ò Baldo, e sarai Auuocato nell'altro secolo, ma egli hauendo studiato Logica, Filosofia, & poi applicatosi alli stu-

dij di medicina con l'occasione della dome
stica conuersatione di M Francesco suo
padre Medico, il quale accorgendosi final-
mente, che il figlio non haueua quella diffe-
renza d'ingegno, che ha di bisogno il Medi-
co per esser valēt'huomo in ta' professione;
ritiratosi in se, e sapēdo, che Baldo era buon
filosofo, & che la filosofia congionta con le
leggi fa il legista perfetto, lo consigliò a stu
diarui, alche Baldo essendo sollecito, & ha
uendo l'ingegno accōmodato a quelle per
proua, che fece essendo Giouanetto di 17.
anni di vna repetitione di legge Centū Ca-
pue, & indi fatta vna lunga digressione ne
gli studij di Filosofia, e Medicina, si dette
finalmēte con tutto l'animo alle leggi, & ri
uscì dotto in breue tempo con grande stu-
pore d'ogniuno, & imortale di gran lode, e
fama per tutto il mondo viue. & a tempi
nostri hanno fiorito in Medicina molti ec-
cellenti medici, i quali si misero a studiar
Filosofia, e Medicina essendo passata la gio-
uentù; anzi alcuni de nri p far più sollecito
pgresso sono vsciti d'lla patria allōtanatosi
da i cōmodi della casa propria per arriua-
re a qualche famoso studio, doue studiando
per zelo di sapere, e forsi con mal ordine
per venire quanto prima all'atto del dot-
torato, tutta via sono riusciti gran lettera-
ti, e buon pratici con non poca merauiglia
d'ogniuno,

d'ogniuno; & lasciando da parte molti, che hanno studiato in età senile, e sono riusciti valenti, non posso tacere il caso, & la risposta d'vn attempato Medico, il quale lamentandosi non hauer mai potuto arriuare a quel segno, che erano arriuati alcuni suoi compagni disse gratiosamente. Io non mi trouo altra scusa del mio non sapere, se nó che mentre erauamo molti insieme studenti in Logica, Filosofia, & Medicina, gl'altri impararno ogni cosa, onde per me non vi restò niente, però non è merauiglia se ho fatto poca riuscita nella mia professione; il che a dire il vero potè più tosto succedere per non hauere l'ingegno habile, e tale, quale dice Galeno ricercare tal professione, & io vorrei, che fosse in me per poter seruire tãto meglio il prossimo, & a gloria d'Iddio arriuare alla perfettione d'vna tanta scienza, nella quale insegnando, e practicãdo vado continuamente imparando ne mai finisco, & m'ingegno, e sforzo di sapere giornalmente cose nuoue; siche per concludere à proposito dico, che l'ingegno esquisito, & appropriato è causa di far fare in tutte le facoltà, & essercitij bonissima riuscita, verbigratia il giuditio è quello, col quale il medico giudica l'infirmità se sia vniuersale o particolare, e di che spetie, e qualità, hauẽdo rispetto al passato, giudica il presẽte,

e prognoſtica il futuro, quaſi che voglia imitare la ſingolarità d'Apelle, il quale volendo formare perfettamente il ſimulacro di Venere gli parue di rimirare molte, e belliſſime giouani ignude, dalle quali cauando tutte le bellezze delle donne, e riducendole in vn ſol corpo, ne formò pittura coſi ſingolare, che a tutti i mortali n'apportò merauiglia; coſi il medico di buon giuditio va aglomerando con la mente le coſe paſſate, le preſente, e future, e le riduce nella cura de ſuoi amalati; facendo prima dẽtro di ſe vn modello di ſanità più giocondo di Venere, ò d'altra bella pittura; & queſto iſteſſo ſi coniettura eſſer neceſſerio in tutti gl'Arteffici che fanno ſtima dell'honor proprio, e di ſeruire il proſſimo: biſogna dunque hauere ingegno, ne per altra cauſa Platone quando voleua inſegnare a ſuoi diſcepoli qualche dottrina ſottile, & fuor della cõmune opinione ſciegliena alcuni di più chiaro aſpetto, e che gli pareua di più perfetto ingegno, & a queſti ſoli diceua il parer ſuo, nel che hoggi alcuni de noſtri profeſſori di ſtudio lo vanno imitando, ſapẽdo per eſperienza, che l'inſegnare coſe eſquiſite, e di momẽto a giouani di baſſo intelletto ſenza capacità, e ritentiua, e vn perdere il tẽpo e la dottrina, & in arena ſeminare, percioche l'homo, al quale manca l'ingegno,

gno, dice Hipocrate, che tutte le diligenze de precettori si perdono, come per proua si certifico M. Cicerone, il quale vedendo il suo figliuolo da poco al quale non giouãdo i mezi, i quali prouò per farlo riuscir sauio concluse finalmente così dicendo, ma che altro è a guisa de Giganti combatter con i Dei, che vn repugnare alla natura? quasi volesse inferire M. Tullio, qual cosa è, che più s'assimiglia alla battaglia, che i Gigãti presero a fare cõ i Dei, che l'huomo, il quale si metta a studiar mancãdogli l'ingegno? imperoche si come trattaua d'impossibile, che i Giganti vincessero i Dei, così qualsiuoglia scolare, che procurerà vincere co i mezi il rozzo ingegno, e la sua praua natura, restarà vinto da lei, come restorno vinti i Gigãti: percioche è cosa superflua lo starsi a rõper la testa di, e notte intorno a i libri, che per questo sẽpre affaticarsi, nõ si acquista la scienza, ne meno per vdirla da dotti maestri, e mai perdere vna lettione; anzi aggiũgo per quelli, che insegnano, che il voler collocare benefitij in soggetti sconoscẽti argumẽta ignorãza ne Benefatori, ò Maestri, come in più luoghi insegna Seneca, e molto meglio di Seneca, l'insegna il grãd'Iddio, dicẽdo. *Nõ effundas Sermonẽ, vbi nõ est auditus*, quasi che questo nõ altro vogli dire non insegnare a chi nõ hà capacità, nè attiuità

per imparare. Per il che il Padre della lingua latina Cicerone, affinche non si duri fatica indarno, consiglia ciascuno; la cui natura non consente, e nō è inclinata alle lettere, che nō la sforzi; ma che si appigli a quello, che gli addita il suo genio; si come fece Galeno, il quale oltre il genio fù persuaso dal padre suo detto per nome Nicone per vn euidēte sogno, che egli fece verso l'aurora cioè, che dirizasse il figlio all'istudi di medicina, ne quali haueria fatto vna riuscita d'importanza; si come fece, che a suo tēpo sanaua tutti gl'infermi senza mai morirsegli alcuno, per quāto esso dice; e lasciò scritti tanti rimedij col vero methodo di medicare; il che non hauerebbe potuto fare, se nō hauesse hauto il genio alla medicina, & l'ingegno ꝑ quella vnico, e singolare; e tutto q̄sto risultò gloria perpetua nō solo à se, ma a suo padre; poiche è cosa chiara, che *sapientia filij est gloria patris, Magister nobilitatur per scolares, et Præses per subditos.* Il genio dunq; è quello, il quale drizza l'huomo à quel fine, per ilquale è nato; e del medesimo parere è Aristot. ne' suoi problemi, quando domāda, qual sia la cagione, che alcuni huomini più volōtieri attēdano a quelle professioni, che s'hanno elette per istinto naturale, benche alle volte indegne, che alle nobili, & honorate; come per essempio qualche

qualche Dottore, che più tosto attẽde à far commedie, ò far' Alchimia, & altre cose, che voler fare professione, ò di Legge, ò Medicina. Al qual problema rispõde dottamente, dicẽdo, che l'huomo subito sẽte a qual essercitio è più disposto per sua natura, la quale può tanto co' suoi stimoli, che quantunque l'arte, ò officio sia disdiceuole all'honor proprio, niente di mãco, ò publicamente, ò priuatamente per qualche spatio di tempo par quasi necessario, che s'appigli a quello, che ha dentro di se, lasciãdo gli studi, & arti più honorate; cosi apũto hoggi interuiene à noi i quali per seruitio de gl'amici, & ancor tirati da vn'istinto naturale di ber fresco in questi gran caldi; deposti tutti gli altri studi maggiori, che seruono per la cattedra à tẽpi suoi, vogliamo seguitare il soaue, e non mai à bastãza lodato ragionamẽto del ber fresco: ma sento vn bell'ingegno, che mi fà vn'obiettione, & fondatosi nell'auttorità di Aui. con vna massima, qual dice *Frigiditas nõ ingreditur opus naturæ*, e ꝑ cõsequẽza, pare opera buttata il prouare, e ꝑsuadere il ber fresco. Io rispõderei à q̃sto, ch'il freddo in doi modi viẽ cõsiderato dalla natura; vno è ꝑ se, e per prima intẽtione, e l'altro è secõdariamẽte, cioè mẽtre il freddo contẽpera il calore innato, e di q̃sto secõdo intẽdiamo noi, e parimẽte fù glosato da Auer. 3. collig.

cap.

cap. 21. & 2. de partib. animalium capit. de cerebro con buone ragioni, e fondamenti.

Si ragiona di quante ſorti ſia il ber freſco, e de quattro modi di rinfreſcare, e delle molte vtilità. Ca. XX.

IL ber freſco è di due ſorti, vno è naturale, e l'altro artificiato; il naturale e q̃llo, che ſi caua dalla ſua fonte viua, ò proprio luogo: e queſto, ſe è freddo à baſtanza, e che ſodisfaccia alla noſtra neceſſita; non biſogna maggiormẽte rafreddarlo. L'artificiato poi ſarà quello, che per non eſſere tanto freddo, quanto cõuiene per il noſtro guſto, e propria cõſeruatione, fà di miſtieri procacciar coſa, che lo rinfreſchi; e di queſto, e di tal'acque anderemo diſcorrendo, che ſono calde, ò p lor natura, ò per naſcere, e ritrouarſi in paeſi caldi, e diremo, come ſi hanno da rinfreſcare; acciò che cõ la loro calidità nõ facciano i nocumẽti ſopradetti; mà ſi bene mediante la frigidità concetta habbiano da render guſto, e piacere incredibile, ſi come anco preſeruare la ſanità, la quale, ditemi di gratia, chi è colui che nõ deſidera preſeruarla p eſſer quaſi felice in q̃ſto mondo? e chi è quello benche non ſia perfettamẽte ſano, che ne' grã caldi dell'eſtate, ricoperto dalle facẽde, ſtãco dal lungo incõmodo, e laborioſo eſſercitio, ò della Città, ò della Vil-

la,

la, arriuãdo a casa a mãgiare, con l'anelito frequente, con le fauci arse, e con la lingua arida hauendo infocato tutto il corpo, non appetischi, e resti di ber fresco? e tanto più, che oltre la dilettatione del gusto; ne seguono tanti, e tanti giouamenti; si soccorre alla necessità, sẽza offender pũto la ꝑpria, e natural cõplessione; & che ciò facciamo, ci essorta Galeno in q̃l suo libro de cibis boni, & mali succi nel penult. capitolo, doue dice, che tutto l'anno douemo rifutare i cibi, & i frutti di cattiuo succo; mà nel tẽpo d̃ll'estate, nel quale i corpi si trouano nõ pur caldi, ma tutti infocati, & fatti rari dal caldo dell'estate cõ abbondãza di colera, & altri humori riscaldati, & essiccati, douemo vsar cibi, che ci rinfrescano, quantũq; siano di cattiuo nutrimẽto, come cerase, prugni, more, meli, peri, persichi, poponi, e anco frutti più freddi, come citrulli, cocomeri, zucche, agresta, latughe, & altre herbe fredde, e similmẽte latticini, e cose macerate nell'aceto; anzi soggiũge, che cõ simili frutti, e viuãde vi si debba bere il vino freddissimo, cioè rinfrescato ò sotto la neue alla Romana, ò almeno nell'acqua di fonte. Douemo dunq; per cõsiglio di Galeno Maestro de tutti i Medici, rinfrescare nõ solamẽte q̃llo, che si beue, ma anco q̃llo, che si mãgia, e massime d'estate ꝑ le ragioni sodette; nõ lasciãdo da parte

questa, che mētre si māgia, il calore, ch'era diffuso p tutti i mēbri esterni, si vien ricōcētrando, e si vnisce nello stomaco à fare la prima concottione; la onde riscaldato il cibo genera vna natural'appetēza di freddo, e d'humido, talche spinti dal desiderio, & dalla necessità douemo più volte, e sēpre bere fresco per estinguer la sete presente, e ꝓhibire la futura, volēdo cō tal ragione persuadere, nō esser vero il detto di quel sapiēte, che *primus potus pertineat ad sitim secūdus ad bilaritatē, tertius ad voluptatē, quartus ad insaniā*, si però nō intende il bicchiero essere molto grande, & il vino nō adacquato, ne fresco, che quādo fosse fresco, ò naturale, ò artificiato si può passare il numero quattro, & arriuare al sette, e più in certe occasioni senza pūto temere dāno alcuno; & à cōfirmatione di questo mi souuiene vn problema d'Aristotele, doue domāda, qual sia la cagione, che subito māgiato spesse volte ci viene vn certo tremoretto, ò freddo piccolo nelle parti di fuori d'l corpo, al quale risponde, che il cibo preso sà vn poco di freddo, e che in principio più presto vince il calore naturale, che sia vinto: questa p certo è buona risposta; cō la quale si può concludere, che Aristotele fosse di parere, che il māgiare, & il bere habbia da essere freddo, affinche si habbia da tēperare il calore

innato,

innato, & aggiunto de gl'estuanti corpi. Il che non vogliono intendere, nè considerare i fautori del ber caldo, i quali dicono, che non è possibile, che il bere rinfrescato possi temperare il feruore del fegato e de reni, & altre parti calde percioche hauendo à trattenersi nello stomaco, dicono che pde quella qualità, anzi se si beue freddo, indi à poco più si riscalda. A costoro risponde Galeno nel terzo de temperamenti, doue ci da l'essempio del vino, dicendo. *Vinum licet natura calidum, arte tamen refrigeratum, eo modo refrigerat (hoc est per contactum) & ante quam vertatur in substantiam nutriti perdurat refrigeratiõ. Qualitatiue vero, & substantialiter res frigidæ commestæ refrigerant, licet sit facta prima digestio.* Il che tutto ci dimostra hauere imparato da Galeno il molto Eccellente mio Precettore, mentre fù in Perugia lettore di Prat. di med. Iofeffe Fauorini nelle sue essercitationi medicinali sectione. 1. cap. 13. doue dice, che il mangiare di continuo cose fredde è causa. che il corpo piglia tale alteratione, e dura tanto, sin che si continua di mangiarne; e questo si deue intendere tanto del mangiare diuersi cibi freddi, quãto del bere il vino rinfrescato Hauẽdo dunque noi proposto nell'animo di ragionare del beuer fresco, in gratia del Reggimento

estiuo ordinato per ben publico, per tanto descriueremo molti modi, che si costumano hoggi di rinfrescare, e di quelli il più approuato sceglieremo; volendo, che questo discorso serua per coloro, che non hanno l'acque di natura laudabili, e che nel mezo dell'estate non possono dare vna debita sodisfattione all'infiammato corpo di ber fresco per carestia d'acque fresche; e similmẽte seruirà à quelli, i quali se bene hanno cõmodità di ber fresco naturalmente, tuttauia al loro in cotal tempo non sodisfà, hauendo gustato qualche volta il bere rinfrescato, con lor molta sodisfattione, & allegrezza grande. Mà mi dirà alcuno se il bere rinfrescato è tanto vtile, quale è il modo più celebre, & più sano di rinfrescare? rispondo quattro modi hauer trouat'io, che sono in vso di rinfrescare; il primo è all'aria, il secondo ne i pozzi, il terzo nella neue, il quarto nel salnitro. Il primo potiamo dire, che sia cõmune à tutto il Mondo, ma proprio, e particolare è stato, & è de i popoli d'Egitto huomini in vero, secondo gl'Historici, di gran giuditio; & Platone ancora ne fà fede, dicendo, che gl'Egizzi auanzano tutti gl'huomini del Mondo in sapersi guadagnare il pane; e sono solleciti in conseguire le cose, & trouarci i rimedij per le loro necessità, & quel che è meglio gli rie-

scano

scano i disegni, & Galeno ancora volendogli lodare dopò hauer fatto vna lunga digressione del modo di viuere, che vsano, disse del rinfrescare, che si fà da gli Habitatori d'Alessandria Città fertilissima nell'Egitto, non molto lontana dal fiume Nilo, edificata da Alessandro Macedonico, trecento vinti anni auante la nostra salute per spatio di dicisette giorni; come testifica Giustino nel lib. 12. con sei milia passi di muro, e questo sia detto per denotarui la grande industria, e sollecitudine de' popoli d'Egitto, i quali non hauendo nè pozzi, nè neue per ber fresco, ne i gran caldi dell'estate costumano di scaldare, e cuocer l'acqua, e poi la notte la pongano al sereno, & la matina al leuar del Sole la leuano, e pongono in luogo fresco, come grotta, ò luogo sotterraneo; e così l'acqua per prima riscaldata, e poi lasciata rafreddare in simil luogo detto, diuiene più fredda, che quella, che è naturalmente fredda: & quest'istesso da vn tépo in quà si è prouato, e si vsa ne i nostri paesi; che quelli, che vogliono freddare eccessiuamente l'acqua, prima la tengano al Sole a scaldare; e poi la pongano ne i pozzi, ò nella neue, ouero circondano il vaso con herbe fredde, e nella parte più inferiore di casa la conseruono sino all'hora di bere; e poco tempo fà si è trouato, che i Marinari,

rinari, & nauiganti ſu le galere hanno pro-
uato di porla nel ſalnitro, e trouano, che
grandemente ſi rafredda; e queſta proprie-
tà di rinfreſcare, diciamo, che il ſalnitro
non l'hà come da ſe, ma per accidente, eſ-
ſendo eſſo per natura caldo; ma perche è
coſa chiara, che vn contrario fugge natu-
ralmente il ſuo contrario; però ci pare po-
ter dire, chc la parte fredda dell'acqua, fug-
gendo il calór del ſalnitro, ſi retiri dentro, e
ſi vniſca talmente, che in ſe ſteſſa, e per ſe
ſteſſa venghi à pigliare maggior refrigerio
per la virtù vnita. La cagion poi, perche
l'acqua riſcaldata, e poi poſta in luogo fred
do diuenti più, che naturalmente fredda, la
diſſe Galeno nel libro de aquis nel 1. capit.
cioè, che l'acqua per eſſere riſcaldata, ſi ren
de rara, & in tutta la ſua ſoſtanza riceue al-
teratione dalle coſe, che la circondano più
facilmente, chc eſſendo fredda, & prima
riceue alteratione nella ſuperficie; e poi di
parte in parte ſi cõmunica a tutta la ſoſtan
za; talche per poco ſpatio di tempo ſi ren-
de freddiſſima, e molto grata al guſto, &
vtile per bere tanto la matina, quanto la ſe
ra; attento che per il cuocerla ſi diſgregano
le ſue parti più groſſe, e terreſtri, rimanen-
do ſottili, e del tutto purgate, e tanto più fa
cili ad alterarſi, e riceuere più pſto vna pia
ceuole, & vtile frigidità, mediãte la quale ſi
digeriſce

digerisce meglio; & il bere di tal sorte vien molto lodato, non solo per essere assai grato al gusto, ma per essere medicinale, come più oltre diremo; imperoche quelli, che nell'esta te dopò il sonno del mezo giorno hanno se- te, & ardono di vera sete, ò per il gran cal- do, ò per hauere assai ben disinato, & empito il ventricolo: a questi tali conuien bere di ta le acqua liberamente, ò vero vino benissimo adacquato, e fresco; ma perche molti sono in dubbio, se nell'estate si debba dormire il giorno doppò hauer mangiato, e se sia bene, ò nò; però ci pende nell'animo di farne vn capitolo da per se, doue trattaremo del dor- mire, dell'hora conueniente, e come si deb- ba dormire in gratia della sanità, & essendo nata l'occasione, e ꝑ fuggire il sonno di me- zo giorno, lo faremo successiuo a questo.

Del Dormire, dell'hora, e come. Cap. XXI.

NON è altro il sonno, che vna quiete delle facultà animali, cioè quãdo ces- sono l'operationi de i sensi, come il vedere l'vdire, l'odorare, e simili: e parimente è cõ- fortatiuo delle facultà naturali; onde Auer- roe nel secondo del suo colliget disse, che l'huomo fa megliore digestione mẽtre dor me; & come grã Filosofo rẽde la ragione, di

cēdo, che il calor naturale, cō il quale la Natura fa le sue operationi, mentre l'huomo sta vigilante opera con molta attentione circa il moto, & i sensi; mentre poi dorme, si ricon centra nelle parti interne del corpo, la doue concuoce i crudi succhi, & indigesti humori; ne per altra causa concluse, che si douesse dormire dopò l'hauer māgiato, & beuto; se non perche si celebra migliore, e più perfetta digestione; mediante la quale i cibi, che sono nello stomaco, si conuertono in sostanza simile al latte, detta da noi Medici chilo, e di chilo passando la più pura parte dell'alimento digesto, per le sue vene meseraice al fegato, si trasforma in sangue, e gli spiriti, & virtù animali, & naturali del corpo si ristaurano, e corroborano, dal che ne segue la sanità, che è il fine, per il quale tutti gli animali, ò poco, ò assai dormono, essendo che la quiete conserua i corpi sani, come cātano questi versi d'Ouidio nel lib. 2.

Somne quies rerum, placidissime somne Deorum.
Pax animi, quem cura fugit: qui corpora duris.
Fessa ministerijs mulces, reparasque labori.

Di modo che dalle cose sudette potrebbe qualcheduno persuadersi, che il sonno apportando tante vtilità al corpo, fosse bene di

di prouocarlo, e dormire dopò il mangiare, e dormire lungamente; ma in vero restarebbe non poco ingannato; imperoche tanto il poco, quanto l'assai conduce alle medesime differenze, come disse Galeno nel teghni; anzi, si come il sonno temperato gioua, così il superfluo nuoce grandemente di sentenza d' Hali abbate nel quinto libro della sua theorica nel capitolo 35. doue dice, che il sonno lungo inferisce al corpo molti nocumenti, snerua, e debilità le virtù animali, rafredda, & in humidisce tutto il corpo, accresce l'humor flemmatico, & risolue, essendo continuato, il calor naturale; & Auicenna nella cantica nel comento del testo 139. disse, che il dormire lungamente riẽpie la testa d'humori, e nel sequente testo soggiunse, che il sonno superfluo humetta, & estingue il calor natiuo, che da la vita, viuifica, e mantiene; come per appunto vien soffocato il fuoco per stare lungo tempo, e perfettamente coperto; per il che il sonno lungo viene assimigliato alla morte onde Ouid.

Stulte, quid est somnus gelidæ nisi mortis imago,

e Galeno nel 3. delle cause de i polsi lo chiama fratello della morte, & però non si deue dormire troppo lũgo tempo, come disse il sopradetto Auic. nella terza del 1. nella dot-

trina seconda nel cap. nono, doue cõferma, che quelli, che vogliono viuer sani, deuono osseruare di dormire temperatamente, e nel la sua hora; ma qual fosse quest'hora, non la dechiarò: e però cercando Noi di sapere, qual sia quest'hora di dormire diciamo che l'hora di dormire non è secondo l'vso de i Nobili, i quali fanno tutte le lor cose al rouersico, e fuor d'hora; imperoche se parlamo del mãgiare; mai trouano l'hora di andare a tauola, e quando vi sono, non par che si ricordano hauersen'a leuare; se poi parlamo del riposo, nõ pensano mai l'hora di andare a dormire, & essendo in letto la matina, poco meno che all'hora di mangiare gl'è odioso il leuarsi; & io ho osseruato in molti, che quãdo bisognarebbe hauer dormito vn sonno, non hanno ancor cenato tanto d'inuerno quanto d'estate, e quãdo sarebbe necessario hauer finito di dormire a pena hanno cominciato: a tal che gl'è forza della notte far giorno, e del giorno far notte; per il che sono causa, che i Medici, e Spetiali fan no in causa loro qualche faccendetta. Questo abuso non si legge nella vita di Papa Paulo III felice memoria, il quale venendo da Roma à Perugia vna volta l'anno, come affettionato de Perugia, e Trionfante di detta Città nella guerra del Sale, & essendo ot-

tuagen-

nario fù visto più volte fare in certo tempo quelche gl'altri, nobili fanno fuor d'hora, e tempo conueniente, hauendo sempre in bocca questo prouerbio. Bisogna leuare a buon hora, mangiare a buon hora, andare a dormire a buon hora, perche cosi, tutte le cose si fanno in buon hora. Da questa sorte di viuere non si scostò punto la buona memoria del Cardinal Fuluio della Corgna, le cui opere segnalate viuono nella nostra Patria ne mai sono per mancare, & hoggi più, che mai si vanno annouerando, & in particolare la sollicitudine in tutti i negotij, e temporali, e molto più ne i spirituali: l'hora dunque di dormire per tornare al nostro filo, non è secondo l'vso de i nobili moderni, ma generalmente parlando, è secondo che ci descriue Hipocrate nel primo de i suoi Presagi, cioè di notte dormire, & il giorno vegghiare: ma Auicenna disse altrimente cioè, che l'hora del dormire non è quando lo stomaco è voto; essendo che egli dica nella terza del primo nella dottrina seconda nel capitolo nono queste parole. *Amplius super vacuitatem dormire est malum, & virtutem deijciens;* Hauendo per prima detto nella seconda del primo nella seconda dottrina nel cap. 13. *Si somnus inuenit vacuitatem infrigidabit*; e che ciò sia il vero, lo testifica il

Volgo; quando dice, chi la sera nõ cena, tutta la notte dal freddo si rimena; e chi andasse continuando questo viuere, se ben fosse di complessione flemmatica, e grasso, si mutarebbe ne i suoi contrarij; percioche il calore naturale non hauendo la notte il cibo da digerire, si riuolta verso il sangue, e carne; & gli risolue di modo tale, che quelli, che giunano lungameute, non facẽdo la sera colatione, diuentano caldi di stomaco, e di carne macilenti; quando però si vãno a dormire con la fame, la quale escita nel ventricolo maggior calore, il quale, come vediamo ne i poueri, che patiscano di pane non che d'altre cose, risolue, cõsuma, e debilità le virtù principali, rendẽdogli mezi morti; e si come habbiamo detto, che nõ è bene di dormire a digiuno, cosi diciamo, che non è vtile dormire subito mãgiato; & questo sia detto cõ autorità dell'istesso Auicẽna nella terza del primo nella dottrina secõda nel settimo capitolo, doue disse elegantemente. *Non illico post comestionem est dormiendum, cibo natante*: soggiũgendo di sotto nel nono cap. che il meglior dormire sia quello, che si fa dopò, che il cibo è desceſſo dal ventre superiore, & quando vi soprastà la quiete. Tutto questo si deue pigliare per vn bello, e buono auuertimento; e lo conferma nella terza

del

del terzo nel primo trattato nel quinto capitolo, quando disse, il dormire subito mangiato esser cosa molto nociua agl'occhi; per il che chi ha debol vista, ò pur paura di non la indebolire, deue aspettare almeno, che cominci la digestione; & questo sarà ogni volta, che si sente, che la respiratione si comincia a render facile, e la grauezza del cibo a diminuire;& volendola aiutare, si deue spasseggiare vn poco; che sicuramente si ottiene quel tanto, che si desidera; il medesimo comanda Rase nel quarto ad Regem Almãsorem nel terzo capitolo; & auanti costoro Galeno in quel lib. ch'egli fece de dissolutione continua, disse, che mentre il cibo nuota nello stomaco, non è bene di dormire; e per fino a tanto, che non è descesο nel fondo del lo stomaco; & posto caso, che sia descesο, ad ogni modo il dormire il giorno, dice Auicẽna ne i luoghi sopra citati, che cõduce l'huomo a molte infirmità fredde, e humide; e frà l'altre genera raucedine, corrompe il calore, debilità i nerui, causando spesse volte dolore di testa, gran copia di catarro, pigritia del corpo, di mentichezza delle cose, aposteme, e febri: si come canta la Scuola Salernitana ridotta in volgare.

Prouien dal sonno, che si fa di giorno.
Dolor di capo, e tardità di mente,

Febre, e catarro, & ogni morbo lungo.
Et Auicennna il medesimo confermo nella prima del terzo nel trattato terzo nel decimo quarto cap. le cui parole sono queste: *Dormitio multa in meridie, & vniuersaliter somnus multus nocet multum memoriæ, & proprie super repletionem plurimam*: Et Rase nel vigesimo quinto libro del suo continente nel terzo cap. concorre con autorità di Paulo Egineta, che il sonno del giorno, e del mezo giorno non è d'vtilità, percioche non si può dormire tanto, che possa compirsi la digestione, & ogni volta che il sõno s'interrompe auanti la perfetta digestione, ne segue l'oxiremia, cioè il rotteggiare a cetoso, con repletione di ventosità, e con dispositione ponderosa, e condominabile: per le qual cose manifestamente si può raccogliere, qual sia l'hora conueniente di dormire, cioè dopò cena, e dopò vna soaue deambulatione, ò essercitio, affinche il cibo descenda nel fondo dello stomaco, e si prepari a buona concottione; il che non può succedere ponendosi a dormire dopo il pranzo per le medesime ragioni, ne in altro tempo: ma per compiacere la giouentù, e gli huomini di temperamento caldo, e secco, non cõtradicendo alla consuetudine, siamo di parere, che si possi dormire vn hora dopò il mangiare.

giare, e circa il mezo giorno per ſpatio d'vn altra hora; oſſeruandoſi però queſto affatto, di non ſi adagiare troppo; ma ſtare con la teſta eleuata, porſi a dormire ſopra il deſtro lato; ſe però l'huomo non patiſce calidezza di fegato, e queſto per il tempo dell'eſtate; ſe bene ſi trouano alcuni tanto aſſuefatti, che anco d'inuerno, & altre ſtagioni voglio- no fare vn ſonnetto ogni giorno; e vi ſono inclinati talmēte, che ſe queſti tali per qual che giorno ſe ne voleſſero aſtenere, ne ſenti- rebbono non mediocre detrimento per la conſuetudine, natura, e diſpoſitione intro- dotta, & habituata ne i membri, & in tutto il corpo, e nell'animo ancora; il quale ſpeſſe volte ſi rallegra mediante gl'inſogni d'indo- uinare, onde Cicerone nella ſua prima Toſ- culana s'ingegna di prouare l'agilità, e di- uinità dell'animo humano da gl'inſogni; & i Medici vanno conſiderando da queſti la natura, e compleſſione de i corpi, & negli infermi conietturano le cauſe dei morbi, e gli humori predominãti, e ciò inſegna Ga- leno in lib. de diuiniatione per ſomnia, & Hipocrate in lib. de egrotantiũ ſomnis. ver- bi gratia ſe qualcheduno ſi ſognaſſe coſe di fuoco, precipitij, e volare, dicono, che in que ſto predomina la colera. Se ſogna coſe mo- ſtruoſe, & horribili, ſi dice eſſer malenconi-

co.

co . Se ſogna coſe pigre,bianche, & acqua ; queſto tale è flemmatico;e chi ſognaſſe coſe amene,ò roſſe,e ſimili ſi può prognoſticare, che predomina il ſangue . Vi ſono poi anco le cauſe eſterne de i ſogni, le quali ſono varie,come per eſſempio l'influſſo del cielo , la circoſtanza dell'elemento, l'occaſione di neceſſità,ò di caſo fortuito,come quello , che ha fame,ſogna il cibo;e ſe è imbriaco, gli ſi rappreſentano le coſe humide:anzi tra queſte cauſe eſterne vi ſi poſſano aggiungere gli Angioli,e buoni,e cattiui, i quali introduco no i ſogni ne gli huomini,come ſi legge appreſſo Homero nel ſecondo dell'Iliade , & appreſſo Vergilio nel ſecondo dell'Eneide , & il ſimile affermano le ſacre lettere, che Iddio fece ſognare Ioſeffe , Faraone,Daniele , & altri,a i quali in verità i ſogni furno diuine reuelationi,e profezie . La ſera poi dopò cena ſi deue l'huomo trattenere almeno due hore,e di queſte,vna diſpenſarla ſpaſſeggiãdo all'aria freſca della ſera,e l'altra , ò leggendo coſe di ricreatione , ò vero in ragionamenti ſoaui,e delle coſe occorrenti;e poi felicemente andarſi a letto , e del reſto gouernarſi con il conſiglio d'Ariſtotele dato ad Aleſſandro Magno,le cui parole coſi cominciano . *Dormi temperate primo ſuper dexterum latus vna hora,deinde ſuper ſiniſtrum*

strum, & illic perfice dormitionem, & quæ sequuntur. Si che per concludere è opinione di tutti gli Autori, che si debba dormire la notte per essere più salutifero, e tanto più, che mediante l'humidità, e tranquillità della notte si prouoca il sonno: è ben vero, che vuole essere mediocre, e secondo le complessioni, e però non si può dare vna regola determinata, che serua puntualmente a ogni vno; percioche a i colerici, e malinconici, è vtile il dormire vn poco più del solito; ma a i sanguigni, e flemmatici è vtile il dormire vn poco manco, e però l'immoderato sonno più a questi, che à quelli è dannoso, ma vniuersalmente parlando, è nociuo a tutti; imperoche oltra gl'incommodi detti rende stitico il corpo. Di più si ha da auuertire d'accommodarsi per dormire sopra i lati, & non sopra il dorso, ò alla supina, come fanno molti, che non sanno quel che il Prencipe Auicenna habbia voluto dire nella terza del primo nella dottrina seconda nel cap. nono, quando disse, che il dormire alla supina è nociuo, e prepara gli huomini a pessime infermità; come apoplesia, frenitide, incubo, e simili causate dalle superfluità, che descendono, e si ritengono nelle parti posteriori del ceruello, desuiandosi da i canali naturali, che sono nelle parti anteriori, come
dalla

dalla bocca, dal naso, dall'orecchie: Et il medesimo disse Galeno, come testifica Rase nel vigesimo quinto del continente nel terzo capitolo; & io ne posso parlare per esperienza, che essendo putto, e giouenetto ne soleuo patire spesso di questa infermità chiamata incubo ꝑ la cattiua positione di dormire alla supina; per il che se il giacere, e dormire alla supina può essere tanto nociuo a i sani, quanto maggiormente deue essere a gl'infermi? Io ho prouato in alcuni, che il dormire sopra il dorso mi prognostica debolezza di tutti i membri, e che vno non habbi forza di sostenere l'altro membro: onde quādo io mi trouo amalati, che hora si pongano sopra vn lato, e tosto si riuoltono supini, Io l'ho per cattiuo segno, e dentro di me ne faccio cattiua stima: ma perche quelle tre parole d'infermità sono solamente intese da Medico pratico, e sono oscure a quelli, con i quali io parlo, e sapendo, che le parole oscure leggendo, o discorrendo fa bisogno, ò fuggirle, ò dechiararle; però mi voglio lasciare intendere da ogni vno; dico dunque che l'Apoplesia è vna infermità, che priua totalmente di senso, e di moto. La frenitide, e vna alienatione di mente, e d'intelletto. L'incubo poi è vn'infermità, nella quale l'huomo menntre dorme, si sente compresso, & aggrauato

grauato da vna cosa, che non si può discuotere, toglie la voce, & priua de tutti i moti, come bene il descriue Vergilio nel duodecimo libro dell'Eneide con questi versi, verso il fine.

Ac veluti in sõnis oculos vbi lãguida pressit
Nocte quies, nec quicquam auidos extendere cursus
Velle videmur, & in medijs conatibus ægri
Succidimus nõ lingua valet, nõ corpore notæ
Sufficiũt vires, nec vox, aut verba sequũtur.

Ecco dunque, e bastaui per hora d'hauere inteso succintamente, quanto graue pericolo sia nel troppo dormire, fuor d'hora conueniente, e con mala positione, cioè addormentarsi alla supina, ò sopra il dorso, tanto di giorno, quanto di notte; tanto a i giouani quanto a i vecchi, e huomini, e donne.

Che il ber fresco vsa per tutto il Mondo. Cap. XXII.

SEquitando noi, dopò la digressione del sonno, il nostro principiato ragionamẽto del ber fresco, & modi rinfrescare con arte, diciamo che gli Antichi Romani tirati dal gusto, e curiosità di ber fresco beueuano l'acqua, che vsciua dalla neue, la quale faceuano penetrare fra sassi, e breccie, accioche

si pu-

purificasse, e rendesse chiara. Altri poi, non contenti di tale acqua, beueuano la neue, come racconta Varrone in vna sua epistola; e questa sorte di bere durò lungamẽte, all'vltimo poi la tralasciorno per gl'inconuenienti, che di giorno in giorno succedeuano, discoperti da i loro saui, e prudenti Medici, i quali non contenti tal volta della auttorità di Galeno, il quale la vitupera assai in quel libro, che fa della bontà dell'acqua, come haueмo detto di sopra, ne volsero fare esperienza, permettendo, che tutti la beuessero vniuersalmente: onde poi accorgendosi, che il bere di tale acqua, e neue apportaua tanti, e tanti nocumenti, si risoluerno a lasciarla; e da quel tempo in qua hanno vsato, & vsano di bere rinfrescato con neue, tanto i Romani, come Capo del Mondo; quanto gl'altri popoli, come membri, & le corti de i maggior Prencipi del Mondo, & anco del Mondo nuouo, chiamato la America diuisa nella nuoua Spagna, & il Perù, doue sono molte Prouincie, e molti Regni, tante Città, e Terre, di vari, e diuersi costumi, ritrouato, e discoperto nell'Indie Occidentali alli 11 d'Ottobre dell'anno 1492 dalli Spagnoli guidati da quel grande Astrologo don Christoforo Colombo Genouese; e di mano in mano si sono, discoperte molte, e varie Isole, & mol-

& molta terra ferma di la dal Mare, & oltra le colonne d'Hercole per prima non saputa, ne conosciuta; e da quelle parti si porta oro, argento, perle, smeraldi, rubini, & altre pietre, e margarite fine, e pretiose, e di grã valore, delle quali se di già n'haueuamo mediocre quantità; a i tempi nostri n'è venuta, e viene tutta via gran copia da quei ricchi paesi, massimamente d'oro, e d'argento, che è cosa di merauiglia la gran quantità, che n'e venuta, e girà per il grande stato del Rè Catholico Filippo III, e di li si spar-ge per tutto il Mondo; e di qui è venuta tanta abondanza d'argentaria, che a i tempi nostri si troua in tutti i palazzi de Prencipi, e Signori, & anco de i Gentilhuomini priuati. Medesimamẽte di là si portano molti animali da Prencipi come Papagalli, Griffi, Girifalchi, Falcone, Astori, Leoni, Tigri, Gattimamioni, & altri. Circa poi le mercantie per esser vene grande abondanza, ne vengano portate ne i nostri paesi molte naui cariche l'anno, come dire lana, bambagi, Zuccari, & altre infinite droghe; & a nostro proposito ne sono venute, e vengano continuamente molte piante, radici, gomme, succhi, semi, liquori, frutti, e pietre di mirabil virtù nella medicina, e da farne conto tanto, quãto è più necessario la sanità del corpo, che i

beni

beni, e coſe temporali : ſi come Noi ve-
diamo per certiſsima eſperienza i molti,
e marauiglioſi effetti, che hanno appor-
tato le nuoue medecine, & i nuoui rime-
dij, con i quali ſi curano, e ſanano di-
uerſe infermità, per modo di dire incu-
rabili, & fuor di ſperanza di ſalute. Per
la qual coſa molti di bello ingegno, & Ec-
cellentiſſimi Medici ſi ſono moſſi a tratta-
re, e ſcriuere delle virtù, e qualità d'alcu-
ne coſe, ſeruenti all'vſo della medicina, &
portate dal Mondo nuouo per ſeruitio, &
vtilità commune; affermando queſti ſcritto-
ri, che ſe bene il tempo ci ha tolto la vera
mirra, il vero balſamo, il cinamomo, & al-
tre medicine antiche, e pretioſe; tutta via in
luogo di quelle n'ha dato molte, e molte al-
tre, & alcune di più efficace virtù, che le no-
ſtre; percioche, ſi come la varietà de gli huo
mini, dice Platone, che naſce dall'habitare
paeſi di temperatura differente, dal bere ac-
que diuerſe, e dal non vſare tutti i medeſimi
alimenti; e queſta differenza ſi ſcorge nõ ſo-
lamente nel viſo, ne i portamenti del cor-
po; ma ancora nelle conditioni, e virtù
dell'animo; coſi i frutti, piante, radici, e pie-
tre nõ vengono prodotte dalla natura egual
mente di grandezza, e di perfettione in tut-
ti i luoghi; concioſia che vna regione, ò ter-

ra produrrà tal' arbore, ò frutto, che vn'altra non lo produce di quel sapore, colore, e bontà; & alcuni paesi sono abbondanti di alcune cose, che in altri non nascano; come per essempio noi sappiamo, che il dittamo nasce solamente nell'Isola di Candia, in vn picciolo luogo, come scriue Pietro Andrea Mattioli, e vi aggiũge per testimonio Theofrasto nel libro nono dell'historia delle piãte al cap. XVI. L'incenso nasce nella regione di Saba Città, nell'Arabia cognominata Thurifera: il mastice copiosamenete nasce nell'Isola di Chio verso l'Etiopia, e se ben nasce nell'Isola, & altre Prouincie, non è così abaondante come descriue il Mattioli il Peuere poi, la Canella, & i Garofani cõ altre droge, e spetiarie vengono portate dall'Isola di Moluch; e più diuerse cose si trouano in diuerse parti del Mondo; che in altre non si cognoscano; come alcuni belli sẽplici, che i nostri Antichi ne sono stati priui, & hoggi si trouano in Perugia, portati de diuersi, e stranieri paesi nel giardino de semplici per publica vtilità de gli studenti, e per opera, & industria di M. Pelegrino Pelegrini speciale, e publico semplicista del nostro studio. Ma tutto questo meglio s'intende appresso coloro, che n'hanno scritto, e fatto historie dell'herbe, e semplici del Mõ-

do nuouo, di loro virtù, e qualità; e fra l'altre cose più memorãde, e che fanno a proposito per noi in materia di quel che trattamo, dicono del buon reggimento del viuere, che si vsa in quelle parti; doue vsano diuerse viuande, e rinfrescamenti in vna mensa; & sino a i morti vsano di celebrare i loro annali, & sù le sepolture di gran valore vi mettono copia di viuande in piatti, e vasi d'argento, e d'oro; credendosi, che l'anime de i morti vadano errando quà, e là, e che siano soggette, come i viui, alla fame, alla sete, al freddo, al caldo, all'humido, & al secco; come raccõta il Butero nella quarta parte delle sue relationi vniuersali; & il medesimo nel secondo volume della prima parte nel primo libro dell'Isole testifica, che tutti i nostri, che arriuano la in quei paesi, che sono pure assai, beuono volentieri l'acqua fredda, e secondo il nostro vso, il vino rinfrescato: il che anco si proua per autorità del Padre Maffei della Compagnia di Giesù nel duodecimo delle sue historie, doue parla de i costumi, del procedere, e del viuere di quei popoli, dicendo. *Aquam nos gelidam, illi calefactam æstate pariter, & hyeme potant*: e quel ch'è peggio, gli Habitatori natiui beuendola vgualmente calda a tutti i tempi, non sanno assignare ragione

pro-

probabile, perche ciò faccciano non vi essendo forse sin hora alcuno, che bene intenda la compositione de gli animali, e la necessità del bere con l'vtile, & il danno, che dalla varia qualità di quello può cagionarsi ne i corpi, ma s'intende, che per traditione di padre in figli vsano certi rimedij, nelle loro infermità, poco curandosi della cura preseruatiua. Io se deuo liberamente dire il parer mio, non so, come da simil bere non ne seguano grauissimi, & infiniti danni; poi che Io tengo l'opinione del Monardes Medico di Siuiglia, la quale finalmente, e di Galeno, che il ber caldo indebolisca, lo stomaco, corrompa la digestione, rilassi il corpo; e di più so, che consuma gli spiriti, fa notare il cibo nello stomaco, genera ventosità: causa sete continua: non sodisfà a i bisogni, ne meno rende allegrezza, anzi più presto apporta malenconia, & in sõma fa tutto il cõtrario, che suol fare il ber fresco ò naturale, ò rinfrescato ne i corpi nostri, ne i quali habbiamo prouato, che il ber freddo coforta lo stomaco, e s'egli è debole, il fortifica; & aiuta le quattro virtù naturali, accresce l'appetito, toglie la sete, prohibisce, che non si generano humori salsi, ne colerici, & a cal di cõplessione vieta l'imbriacarsi; lieua l'incẽdio, & siccità del palato; tẽpera il fegato

riſcaldato, e tutto il corpo; e finalmente il ber freſco preſerua da molte infirmità, che prouengono da cauſe calde; e però i noſtri, che ſono acuti, e ſagaci, ſe bene ſono in paeſi, che ſi vſa di ber caldo, e d'Eſtate, e d'Inuerno; niẽte di mãco come huomini di buõ giuditio, e di memoria vogliono bere freſco, e rinfreſcato; e per queſto ne i conuiui, che ſi fanno, communemente biſogna, che i Coppieri portino acqua calda, e fredda a ſodisfattione di quelli, che vogliono bere: e queſto iſteſſo ſi è vſato, e ſi vſa, quando gl'Indiani vẽgono ne i noſtri paeſi; ſi come vedẽmo nell'anno 1585. che arriuarno tre Rè, o Prencipi dell'Indie con molti corteggiani nella noſtra Città di Perugia alli ſette dì Giugnio, doue notammo frà gli altri coſtumi, e modi di viuere, che loro vſano d'ogni tempo l'acqua calda, a guiſa d'alcuni noſtri Antichi, che andauano beuendo l'acqua hora riſcaldata al fuoco, & hora al Sole; altri poi la beueuano freddiſſima, come ſcriue Il Poeta Satirico Iuuenale nella ſettima ſatira con queſto verſo.

Quando vocatus adeſt caldæ, gelidæq; miniſter.

Ma io vado penſando, che quelli noſtri Antichi, che l'vſauano calda, foſſero mal compleſſionati, vecchi aſſai & habitatori de luo

ghi

ghi freddissimi; ò vero tal volta desiderosi di vomitare per mangiare meglio, & con appetito auante cena vsassero di bere acqua calda più tosto, come habbiamo detto, per concitare il vomito, che per piacere, & vtilità, come racconta vn certo Antifone Greco: ò forsi per dir meglio faceuano distintione in frà acqna naturalmente fredda, & acqua rinfrescata cō artificio, & l'acqua di natura fredda la chiamauano calda a differenza della gelata con arte, se è vero il testimonio di Martiale ne i suoi scritti.

Frigida non desit, non deerit calida petenti.

Onde Plinio non si potè contenere; e disse, che il ber caldo è contra natura; e lo proua con argumento de gli animali bruti, i quali seguitano per istinto naturale l'acqua fredda, e più la corrente, e viua: ma gli huomini, i quali non sono priui di giuditio la vogliano fredda per ragione, e tal volta freddissima, cosi fatta artificiosamente, essendoci testimonio in questo il detto Plinio nel libro XIX. nel cap. quarto, doue dice.

Hi Niues, illi glaciem potant, venasq; montium in voluptatem gulę vertunt; seruatur algor ęstibus, excogitaturq: vt alienis mēsibus nix alegeat, decoqutit alij aquas, mox, et illas hyemant. ne il detto Plinio, ne Galeno fa mentione di ber caldo, se non per sorte a

qualche ſpetie d'infermi, & per i ſani, e cõua-
leſcenti lodano il ber freſco, e per natura, e
per arte; dicendo, che coloro, che non ſono
molto caldi di ſtomaco, cõ l'vſo del ber fre-
ſco naturalmẽte ò rinfreſcato ſi riſanono, e
diuentano caldi; e ſeguendo, fanno ſempre
boniſſima digeſtione, e ſi conſeruano ſani; ne
per altro lo douemo vſare noi, e tanto più,
che per il paſſato da i noſtri ſi è ſempre vſa
to, & hoggi ſi vſa generalmente con guſto
grandiſſimo, e ſenza alcun danno, come ſin
qui ci ha dimoſtrato, e dimoſtra giornalmẽ-
te l'eſperienza già prouata ne i noſtri pae-
ſi, e confirmata per detto d'huomini di non
mezana autorità: Dicono poi i fautori del
ber caldo quel che vogliano, che al parer
mio ſenza efficaci ragioni, e con male alle-
gate autorità ſin hora hanno parlato, e par
lano circa l'vſo del ber caldo; poiche quan-
do dicono, che il ber acqua calda toglie la
ſete, e che l'acqua calda rinfreſca, queſto
non può eſſere ſe non per accidente, cioè
mentre riſolue, e quello per qualche ſpetie,
d'infirmità; e però di loro ſi potrebbono di-
re con verità quelle parole dell'euangelio:
laſciategli andare, ſono ciechi, e guide de
ciechi, e ſe vn cieco guida vn altro cieco,
ãbi doi cadano nella foſſa; coſa appreſſo noi
tanto chiara, quãto quel che è chiariſſimo.

L'vſo

L'vso del ber fresco gioua a molte infirmità. Cap. XXIII.

E cosa manifesta a ogni vno, che gli Arabi godano vna tẽperatura d'aria molto calda; e però in quei paesi si seruano grandemente della neue, anzi con l'vso della neue, nella quale vi rinfrescano sino i siroppi, e medicine, curarno, e curano diuerse infermità; Onde Auicenna, che fù Prencipe de gli Arabi, e Gouernatore d'vna Città nelle parti di Tartarià; comanda, & espressamente ordina, che ne i dolori caldi di stomaco si rinfreschi il bere con neue; e ne i dolori, che procedano da calidezza di fegato, è di parere, che si põghi la neue sopra il dolore; & il simile dice douersi fare ne i dolori delle gengiue, persuadendo, che si gargarizzi la parte dogliosa; & vn altra volta parlando del preseruarsi dalla peste, ordinò, che si beuesse neue con zuccaro la mattina a digiuno. Rase ancora dell'istessa natione comanda nel settimo del suo continente tre cose, parlãdo del tremor del cuore, ò palpitatiõne detta Cardiaca. Prima è, che i patienti tale infirmità debbano vsare continuamente acqua di neue, e massime se tale infirmità procedessi da humore malen-

conico: Secondo gli propone, che viuano in aere freddo, quando però non potessero continuare di bere acqua di neue, ò rinfrescato. Terzo, & vltimo conclude, che coloro, che non trouano rimedio a si peruerso, e pericoloso male, che si trattengano, beuendo di continuo, ò neue, ò rinfrescato con neue; e così per morti, che alcuni alle volte si tengano, non senza marauiglia col viuer fresco si risanano. Diceua Hipocrate nel libro de vsu humidorum ragionando de i Podagrosi, *Frigidũ multũ affusũ, estenuat & dolorẽ sopit*, & nel quinto de gli aforismi nel'aforismo vigesimoquinto ricanta il medesimo *Podagricos a frigida large affusa leuari*; volendo intendere ò dell'acqua naturalmente fredda, e semplice, ò dell'acque, che per virtù sono tali: Onde gli altri gran Medici Galeno, & Auicenna consigliano, che nell'Herisipile, & infiammagioni grandissime non si vsi altro, che i refrigeranti, e di dentro, e di fuori, spesse volte permutando, & infondendo nell'acque fredde; & circa il bere nutritiuo, che si beua giulebbe con molt'acqua, e tanto più, se i patienti saranno di natura biliosi; imperoche testifica Hipocrate nel terzo libro de i morbi acuti, che gli huomini per natura colerici conuertono l'acqua in humor bilioso: ma

questo

questo si deue intendere, quando l'acqua da questi è beuta in poca quantità; che così nõ può fare attione col feruore della bile, ma facilmente vien superata; dal che la bile si augumenta, e cresce il suo vigore, essendo prouocata e da quella poca acqua la, quale all'vltimo si conuerte in pabulo, & alimento di detta bile; il che non può succedere, quando si è beuta molt'acqua, che più presto la contempera, & estingue senza alcuna reattione, che altrimente, come vn poco di vino mesticato con molt'acqua. Di contrario parere si troua appresso i suoi scritti Alessandro Tralliano, il quale volendo in compagnia d'altri Medici ordinare il reggimento di viuere a i Pleuritici, & à quelli, che patiuano infiammatione di polmone dall'humor bilioso peccante, disse esser cosa ridicolosa a credere, che l'acqua augumenti la bile; ma noi volendo difendere dalle calunnie il Padre della nostra scienza, che il medesimo confermò nel terzo libro delle rotture vicino al fine, diciamo, non esser cosa da ridere, ma vera, che l'acqua si conuerta in bile, presa però, come si è detto, in poca quantità, che così dentro di se l'intese il buon Vecchio Hipocrate, al quale tutti noi douemo essere obligatissimi, & costretti, come si vsa, chiamarlo, per dir

così,

cosi, Diuino: Imperoche la sua Dottrina, i suoi Axiomi, e documenti, ò vogliam dire sentenze, sono tante vere, che è necessario di confessare, che l'habbia cauate dal Tripode d'oro; & in particolare quel suo ius iurandum in principio dell'opera, il quale non pare che si discosta punto dalla dottrina Euangelica; Le sentenze poi sono piene di mera verità, alle quali noi douemo obedire, essendo non immeritamente detto in vn prouerbio antichissimo. *opera iuuenum, consilia mediorum preces, & nutus senum*; e confermato da Catone, il qual disse. *Senes lucent experientia, Iuuenes astutia, & ingenij sagacitate*; il che tutto disse Aristotele a Nicomaco nel 7. de i suoi morali. *Natura iunioribus vires, Senioribus prudentiam largitur*. Ma per le cose sodette, & altre, che si potrebbono addure in questa materia, pare, che la neue, & il ber fresco venghi lodato per vso di Medicina, e non del buon reggimento di viuere, del quale habbiamo cominciato a trattare, e fù principalmente intento nostro; ma sia detto tutto questo per sua gloria; e però ritornando donde partimmo. concludemo, che ciascuno debba mirare la sua dispositione, e temperatura, che leggendo la trouarà in questo discorso, & essendo in tutto, ò mediocre-

mente sano, può, e deue nel tempo dell'Esta te, senza alcun scropolo di danno, bere fresco più, e meno secondo l'vso del luogo, e secondo che gli parrà più vtile per la sua sanità; e similmente deue vsare i frutti freddi, & humidi, e temperatamente constringenti, come sono quelli, c'hanno dello stitico, & acetoso, i quali hanno virtù di refrangere il feruore del sangue infocato dalla temperie del aere calda, e secca; giouano ancora a prouocare il sonno impedito dalla siccità del tempo, raffrenano la sete, e mitigano l'ardore del cuore, del fegato, e prima della bocca dello stomaco, e consequentemente tutte le parti del corpo interne, & esterne vengono a temperarsi.

L'Estate conuiene l'vso de i frutti. Cap. XXIV.

SE Noi andiamo ben bene considerando le qualità de i tempi estiui, ciaschedun o potrà, senza pensare più oltre, seruirsi di quei frutti, che la gran Madre Natura abō-dantemente ci presta nell'Estate, e nell'Autunno per reggimento della sanità, purche siano maturi, ò vero auanti che si spiccano dall'arbore, habbiano la maturità vicina; & oltra di questo si deue sempre, e da tutti, conside-

considerare, che la mediocrità in tutte le cose fù sempre laudata, come vn Poeta canta in questi versi.

Fù sempre de gli estremi perigliosa,
Quella di mezo è piu sicura strada

La molta diuersità de i frutti bisogna anco auuertire di non vsargli in vna mensa, quãtunque habbiano le nature, e qualità propinque; verbi gratia se si mangiano i meloni prodotti dalla natura principalmente in questi tempi caldi per refrigerare, & mollificare il ventre, non conuiene insieme con quelli mangiare, i prugni, persichi, e peri, ma basta, che quelli si mangiano nel principio del desinare, & alcuni di questi, ò altri nel fine; e tantoi primi, quanto i secondi habbiano quella perfettione, e bontà, che si ricerca del tutto, ò almeno, che si può hauere: dietro a i quali si deue bere buon vino, generoso, & odorifero, e massime dietro a i meloni secõdo la fama del volgo, la qual dice Arist. nel lib. de diuiniatione ꝑ somnia che non può esser falsa *quod omnes aut. com plures sentiũt, aut dicunt, id falsum esse nõ est putãdũ*, e ciò cõferma vn Poeta latino.

Nõ ꝑrsus fama illa perit quã multa ꝑ orbẽ
Turba hominum celebrat.

Dice il volgo quando d'inuerno si assaggiano i vini, questo sarà buono per i me loni

loni, quando però è vino potente, che questo corregge i nocumenti della superflua humidità, che in se hanno: Alcuni vogliono, come Auicenna, che sopra i frutti di cattiuo succo non si beua il vino per il pericolo della penetratione nelle parti sode; ma io considerando, che l'acqua è più presto causa di corrottione, che di correttione, però Io consiglio per emendare i cattiui succhi de i frutti, che si beua vn poco di vino di buona sostanza, di colore, sapore, odore, & età conueniente. Il medesimo diciamo de i fichi, & vna cioè, che si debbano mangiare auanti gl'altri cibi; imperoche sono frutti horarij, i quali sono di facile digestione, & giouano a mollificare il ventre, e massime il fico, e secco, e fresco; & affinche più presto, & più efficacemente vengano a mollificare, e lubricare il ventre; dice Aristotele nel libro vigesimo secondo de i suoi problemi nell'ottauo problema, che mangiati i fichi, si deue soprabere qualche liquore: & racconta, che alcuni hanno pensato, che si deua bere il vino puro, & altri acqua semplice, e pura; e di questi, che hanno lodato, l'acqua, come trà gli altri Eraclito Tarentino, come riferisce Atheneo, alcuni hanno voluto, che si beua acqua calda, & alcuni fredda; quelli che prefe-

preferiuano, che sopra i fichi si beuesse acqua calda, adduceuano questa ragione, che si come l'acqua calda asterge, e mollifica più le mani, che la fredda; così lo stomaco mediante il calor dell'acqua più presto, & in vn tratto viene a risoluere i fichi, sopra beuendoci acqua calda, che fredda; & a confirmatione di questa ragione aggiungeuano, che se sopra vn piatto di fichi vi si butta l'acqua calda; si vede chiaramente, che si dissoluano, e se si butta fredda, si costipano, e condensano; quasi volendo dire, che il medesimo auuenghi dentro nello stomaco. Quelli poi, che diceuano, che si douesse soprabere l'acqua fredda, erano indotti da questa ragione, cioè i fichi risedenti nel fondo dello stomaco per la grauità di vna beuta di acqua fresca, facilmente descendano negl'intestini; dal che ne segue, che lo stomaco non riceue alteratione; ne meno si rende debole, come suol fare, quando si beue calda; che frà l'acqua calda, & i fichi naturalmente caldi nel primo grado, si debilità lo stomaco, non si concuoce, & si prouoca il vomito; e quel che è peggio, i fichi per ritrouarsi nel fondo dello stomaco, per essere stati i primi a esser mangiati, dice Aristotele nel primo problema della vigesima seconda settione, che sono gli vltimi a venir

fuora,

fuora, & prima vengono gli altri cibi grossi, se ben fosse carne di boue, si che è più erronea l'opinione de i primi, che de i secondi; anzi questi secondi, che vi soprabeuano l'acqua fresca, pur che sia della buona, si per bere con gusto, e piacere, si anco per vtile, e benefitio del corpo, come diremo poco più oltre, si lodano: ma noi, che godemo la sanità per obuiare à i primi, & à i secondi, volemo esser con quelli, che lodano, e che vi soprabeuano il vino; per hauer meglior ragioni, e più autorità conformi di loro; & prima diciamo, che nel mangiare i fichi, si devono scegliere i più maturi, che habbiano la medolla granosa, e rossa, & che al gusto habbiano sapore manifestamēte participante d'acredine; & questi sono i più temperati. Mangiati poi, che sono; affinche senza dimora descendano negl'intestini ben digeriti, & concotti, si deue sopra bere di buono, puro, e gagliardo vino, ma fresco, ò naturalmente, ò rinfrescato con artifitio, che così è più grato al gusto, e se lo stomaco è debole, & infermo con quella frigidità a poco a poco si fortifica, come testifica, e c'insegna Hipocrate nel terzo libro de dieta, così scriuendo *est & ficus cum cibis bona, & meracū vinum ab ipsa*. Et Aristotele ne i problemi lo conferma, cantan-

do

do per modo di dire, *ficubus vinum super potandum*; imperoche, si come il lume d'vna gran torcia accesa estingue il lume d'vna piccola candela, cosi il lume grande, cioè il calor del vino supera, e spinge quello de i fichi; si che soprabeuendoci il vino, non è pericolo, che ne succeda male alcuno; ma perche si suol dire, che ogni regola patisce eccettione; si deue auuertire, che quelli, che patiscono d'intemperie calda di fegato, e di stomaco, e tutti i colerici, ò per natura, ò per habitare in paesi caldi come sono in Affrica, in Libia, in Spagna, & in altre regioni calde, deuono soprabere l'acqua fresca, e tanto più se sono giouani, ò d'età non senile; & non senza vtilità racconta Galeno, che alcuni di tal temperamento macerauano i fichi nell'aceto, & lo costumauano, accioche si correggesse la viscidità, e tenacità de i fichi, i quali diuentano più sani, & per hauere il temperamento naturale caldo, & humido, dicono i Medici conseruatori della sanità, che sono assai vtili per la complessione humana, e trà tutti i frutti della terra questo deue tenere il primo luogo, si per essere di più facile digestione di qual si voglia, si anco per generare bonissimo sangue; mangiati però auanti gli altri cibi la matina con pan fresco, & soprabe

uendo-

nendo vn tratto di vino generoso assai ben fresco;& questo è di gusto grandissimo,e se volete l'autorità di qualche graue Autore; eccoui Galeno nel libro de cibis boni, & mali succi, doue racconta di se stesso, che l'immoderata quantità de i frutti gli noceua, e finalmente passati li vintiotto anni si risoluè di rifutarli tutti, eccetto i fichi, & vua, presi con moderanza, e con tal cura preseruatiua visse sano tutto il tempo di vita sua,e s'inuecchiò: in oltre,benche i fichi preuagliano di bontà, e di gusto gli altri frutti,vi si aggiunge quel che più importa, che per esser manifestamente astersiui,apportano non mezano vtile a i corpi di coloro, che patiscano di renelle, imperoche mangiati le cacciano fuora, & i reni restano purgati, & circa il resto prestano nutrimento grandissimo, come ben descriue vn Poeta latino,e Medico.

Sumitur ex ficu succi bene corpus alentis.
Copia obest stomaco,renibus ille fauet.

Il che tutto si vede ne i contadini, & guardiani delle vigne, i quali mangiando per due,ò tre mesi assai più fichi,& vua,che pane,diuentano grassi, & carnosi.Ma è ben vero, che quella grassezza non resta per esser la carne tenera, e fongosa; & però finito il tempo della guardia presto si suanisce,e ri-

ſolue; il che non interuiene, quando il graſ-ſo è ſodo, e di buona ſoſtanza.

Si dice dell'Vua, del Vino, e dell'inſalata. Cap. XXV.

TVtto quello, che ſi è detto de i fichi, nõ ſi può dire meritamente dell'vua, ſi bene in quanto a mollificare il ventre, & dare nutrimento, habbiamo detto eſſere eguali, ma circa il modo d'vſarla, ſi deue fare tutto il contrario, cioè, i fichi ſi poſſano mangiare freſchi, purche non ſiano colti in luoghi humidi, e paludoſi, imperoche queſti tali, ſe ſi mangiano, cauſano ventoſità, e dolor di corpo; diciamo ancora, che ſe ne poſſano mangiare molti, & continuando con gli altri cibi; il che non ſi deue fare con l'vua, imperoche ſe ſi ha da mangiare l'vua, non deue eſſere freſca; ma colta qualche giorno auanti, e ſoſpeſa conforme al detto d'vn Poeta latino, e Fiſico moderno.

Vua recens aluum, ſtomacum quoq; turbat, & inflat.
Pendula ſi fuerit, tunc nocet illa minus.

Et dato che non foſſe colta, ſi deue coglie-re, & infondere nell'acqua calda, e poi di nouo infonderla nell'acqua freſca, & mede-ſimamente non ſi deue mangiare, ſe non vn

pezzo

pezzo auanti gli altri cibi; essendo che genera ventosità, causa l'ebullitione de i cibi, e gli souerte, perturba la digestione, & quelli, che mangiano dell'vua, non deuono in modo alcuno soprabere il vino puro, ma l'acqua assai ben fredda, ò pure il vino ben tẽperato, e fresco, tãto la matina quãto la sera; che così facendo, si vengono a rimouere i nocumenti dell'vua, la quale mangiata in quantità genera sangue grosso, e vitiosi humori, i quali mãdano i fumi al ceruello, & inducono sogni terribili, causando rugito, e ventosità, di ventre, e d'intestini, & quãdo vi si soprabeue il vino puro, causa molti altri mali effetti, come pallidezza di faccia, tremor delle mani, la lingua s'ingrossa, e par ligata, la colera si accende, il palato amareggia, causa gran sete, e grauissime, & acutissime pontioni ò piccature nella testa con offensione; e debolezza delle forze, si come dechiara questo verso.

Vt Venus eneruat vires, sic copia vini

Et questo particolarmente suole auuenire sempre, quando si è beuuto il vino puro superfluo senz'acqua; anzi questa consuetudine di bere suol partorire auidità di ribere a i vinolenti a guisa di sanguisuge, che quãto più beuano, tanto più hanno sete; onde meritamente disse Plinio. *Homines hos*

tantum a vino fuisse assequutos, vt non sitientes bibant. E quel che è peggio, dice Aristotele, che questo liquore fa l'huomo d'ingegno grosso, e torbido, e gli da troppo ardire; per il che Platone disse, che gli piaceua quella legge de i Carthaginesi, la quale vietaua del tutto il vino al Capitano generale, mentre era nell'essercito; & il simile a i Gouernatori durante l'offitio del magistrato; & alle Donne da i Romani fù prohibito affatto, il che non ha gran tempo, che si osseruaua sino nella nostra Città; e questo si faceua, si per abbassare l'ardire, e furore delle donne, e conseruarle sane dell'animo, e del corpo; si anco per non offendere la generatione, e toglier l'ingegno alla progenie; imperoche nõ si troua alimẽto alcuno, che dia, e tolga l'ingegno all'huomo, quanto questo liquore, il quale se si beue immoderatamente, nel corpo diuenta veleno, e moderatamente beuendosi, serue per vso salutifero; ma più salutifero sarà, se vorranno obedire a questi precetti, e discorsi del ber fresco, con il quale si gusta quanto si mãgia, si toglie la sete, s'assicura dall'imbriachezza, e temperando il calore de i reni fa, che non si generano arene, cagionando molti altri buoni effetti, come l'vso, e l'esperiẽza di giorno in giorno c'insegna;

segna; e per non fare vn discorso lungo più del douere, noi concludiamo, che nell'Estate si deuano vsare i frutti; & anco l'herbe; poiche il medesimo effetto ci presta l'insata, l'vso della quale nō nacque, ne hoggi, ne hieri, ma è stato antichissimo; poiche Plutar. ne fa mentione, il quale visse al tempo di Traiano Imperatore; si che ragionandone noi, per dar qualche auuertimento à quelli, che l'vsano tutto l'anno, e non sanno mangiare, se non hanno l'insalata vna volta il giorno, e due ancora, i quali hò veduto mangiarla tal volta con tant'auidità, come se fossero cibi delicati del Mondo nuouo. A costoro io dico; ò hauete appetito; ò nò: se hauete appetito, non vi bisogna insalata, & il mangiarla è superfluo: se però non fossero i tempi caldi, che si deue vsare per vn poco di rinfrescamento: se poi non hauete appetito, mangiando l'insalata, si risueglia, e si mangia più del douere, e tal volta vien mãgiato quel, che si abborrisce, per essere lo stomaco ripieno, il quale si viene à violentare, mangiando quello, di cui non ha bisogno. Dal che si generano i catarri. Et io vado considerando, che la frequenza dell'infirmità catarrali, non procedi da altro in Italia, se non dal molt'vso de i frutti, e dell'herbe. Et a confirmatio-

ne di questo, sappiamo, che nella Francia, e Germania, per nõ vi essere tant'vso d'herbe ma si bene di carne, nõ si patisce certa sorte di mali, a i quali noi Italiani siamo sottoposti. Bisogna adunque schiuare l'vso di tant'herbe, e molto più delle crude, che sono manco amiche della natura, per esser fredde, & escrementose. Ma perche ragionamo dell'Estate, dico, che all'hora si può mangiare per necessità qualch'insalata, essendo i corpi stanchi, & assetati: e per emẽdare qualche suo nocumẽto, beuasi del vino generoso fresco non molta quantità, e fuggasi il tropp'vso dell'insalata, si come anco i molti frutti, la cui soauità accieca il senso del gusto à mangiarne più di quello, che si conuiene. Il che può esser causa formalissima di molte infirmità, e chi ben si guarda, saluo si rẽde: a talche il modo di gouernarsi e reggersi ne i tẽpi caldi deue esser del tutto freddo, & humido, ò naturalmente ò rinfrescato; in questo non ponendo legge a nessuno, volendo solamente dechiarare, qual sia il più salutifero, e frà i quattro modi di rinfrescare, che habbiamo detti, il più lodato, nobile, e sicuro si propone nel seguente capitolo, cominciando da i suoi nobili Inuentori, e Fautori.

Si loda il rinfrescare nella neue. Cap. XXVI.

SE le cose antiche sono degne di considerazione, e di lode per essere molto bene sperimentate, ecco che il rinfrescare nella neue sia di misteri nō poco lodarlo; poi che fù ritrouato al tēpo antico da Nerone Imperatore, il quale (per quanto scriue Laertio) spendeua i giorni, e le notte ne i conuiti. *Caius Neron Cæsar epulas protrahebat a media die vsque ad mediam noctem*, della cui crudeltà non occorre trattarne, che ne sono piene le carte: Ma perche noi Medici venimo spesse volte in cognitione delle complessioni mediante i costumi, si come c'insegna Galeno nel lib. de Natura Humana, dicendo, *animi mores sequuntur corporis temperaturam*; di qui viene, che Nerone essendo crudele, bisognaua, che fusse anco di temperatura calda, e però spinto dalla necessità, & aiutato dalla buona immaginatiua cominciò a rinfrescare nella neue, e pigliandosi piacere di ber fresco, con euidente vtilità, del corpo, per fuggire i vitij, e nocumenti, che apportaua il mal vso della neue quasi a tutti quelli, che di essa beueuano; procurò, che per la sua persona si cocesse

l'acqua, e la medesima essendo calda, e posta in vase di vetro, ordinaua, che si mettesse fra la neue, doue si raffreddaua eccessiuamente, & a suo gusto; il simile facendo fare con i frutti nel tempo dell'Estate, e molto più essendo il Sole, nella Canicola; e questa vsanza di rinfrescare si publicò prima frà i Prencipi, e poi vniuersalmente a tutti, & è stata, & credo, che sarà sicuramente l'vltima, che per la sua bõtà sino al dì d'hoggi si è osseruata, e si và osseruando per tutto, e da tutti i Signori, e publici, e priuati con vtile, e gusto grandissimo; doue rinfrescano il bere, & i frutti, mangiando, e beuendo con ogni sorte di gusto, e diletto, il quale quãto giouamento apporti, ne fa fede Auicenna in più luoghi, adducendo quella Sentenza, che spesse volte si sente citata dal Volgo. *Quod sapit nutrit*. Il medesimo volse inferire Hipocrate ne i suoi afforismi, quando comandò, che quel cibo, che più piace, quantunque manco buono, si debba anteporre a i cibi megliori, che spesso sono men grati; dal che io cauo, che se il ber fresco, e rinfrescato l'Estate nella neue diletta più d'ogni altro al gusto humano, adunque è bene di bere in simil modo rinfrescato, per essere di gran sodisfattione; onde Iuuenale Poeta, volendone fare a tutti testimonian-

za, cātò questi doi versi nella satira quinta,
Cū stomachus Domini feruet potuq; ciboq;
Frigidior geticis petitur decocta pruinis.
Et in verità si deue lodare il mirabile giudicio di Nerone circa questo modo di rinfrescare, poi che fù causa, che si tralasciasse il ber la neue, e l'acqua, che scolaua dalla neue, e dal ghiaccio, dal che ne succedeuano tanti mali, come a bastanza si è accennato di sopra; & gli Antichi Romani, che la beueuano, ne fanno fede per detto di Martiale in vn'Epigramma, che fece del ber freddo.
Non potare niuem, sed aquā potare rigētē,
De niue commenta est ingeniosa sitis.
Parlando di quelli, che a suo tempo beueuano di tal'acqua, i quali dopò lunga esperienza la tralasciorno, vedendo, che communemente era nociua a tutti, disponendo ciascuno a qualche specie d'infermità; & per beuer fresco cominciorno a vsare il rinfrescare nella neue; il che nō partoriua nocumento alcuno, e sodisfaceua à quanto desiderauano. Per la qual cosa i Posteri perseguitare le vestigie de i più saui Antichi Padri, non hanno procurato altro; anzi hanno perseuerato, sino al di d'hoggi, e più che mai perseuerano, non trouando il meglior modo di questo, per conseruare, e pre-
feruare

seruare la sanità, con dare compita sodisfatione a i corpi ne i gran caldi dell'Estate, senza punto temere danno alcuno ne presentaneo, ne futuro, per quãto gli ha insegnato sin hora il tempo passato, mediante l'esperienza de molti, che in questa materia hanno parlato, e di bel nuouo parlano, adducendo questo essempio, che i contadini dell'alpe, e de i Monti apennini, i quali non beuano altro, che acque freddissime, sono nulla di meno sanissimi, & arriuano a gli anni dell'vltima vechiaia; & io n'ho conosciuti, e cognosco molti; dũque il ber fresco nõ nuoce, ma gioua; E se alcuno mi dicesse, perche causa Quelli, i quali beuano fresco, e rinfrescato, muoiano prima de gli altri, e sono più sottoposti de gli altri a certi mali, come Podagra, affettion de reni, dolori, e simili? Io gli risponderei, che queste infermitadi, o altre simili non nascano formalmente dal ber fresco, ma dall'abuso, e dal disordine a nõ voler lasciar reggersi, & vsar di lor testa lo sregolato modo di viuere in quanto alla quãtità, qualità, e tempo; ne ꝑ altro Cicerone nella Tosculana dette vn'auuertimẽto vniuersale sotto queste parole. *tantum cibi, & potionis adhibendum, vt reficiantur vires; nõ opprimantur,* e però fuggasi l'abuso, che ogni cosa passarà di bene in meglio.

Del

Del rinfreſcare nell' Acqua. Cap. XXVII.

IL ſecondo modo di rinfreſcare ſi dice, eſſere quello, che ſi fa ne i pozzi, ò ciſterne; il qual modo non ſi biaſima affatto da noi, percioche è ſtato coſtume antichiſſimo, come teſtificano Stratte ſopra i refrigeratori, e Liſippo in Bacchi, e ſimilmente hoggi ſi coſtuma aſſai, & i popoli per hauere introdotto tal conſuetudine, non ſentano, ne ſi accorgano di nocumento alcuno; tuttauia noi, che ex profeſſo trattamo di ſimil materia, ſcopriremo qualche defetto; non per dirne male; ma per auuertimento di quelli, che l'vſano, ſi per cauſa di tal ſito refrigeratorio, ſi per cauſa de i continenti il vino, & maſſime delle fiaſche, ò truffe, di rame, che dentro non ſono bene, e ſempre ſtagnate, e queſte tali cauſano il mal caduco, il cancaro, dolor di fegato, e di milza, & il ſimile ſi può dire delle fiaſche di ſtagno, le quali ſono adulterate col piombo, doue ſe vi ſi mette il vino, ò che ſia per rinfreſcare ne i pozzi, ò per portarlo altroue; ad ogni modo ſi rende vitioſo; e però non ſi può affatto lodare, eſſendo che ſpeſſe volte cauſa fluſſi diſſenterici, ò eſcoriatione d'inteſtini, & io ho trouato, che i patienti tal fluſſo

non

non ſi accorgendo della cauſa di tal catti-
ua diſpoſitione, hanno ſeguitato; e ſono an-
dati di male in peggio; & la cagione la diſ-
ſe Galeno. *Non curatur morbus, manen-
te in corpore cauſa eius, & niſi remoueatur
ſua cauſa*, ſi che potemo ſoggiungere, e ſen-
za dubbio dire, che l'acque condotte per
canali di piombo, ſiano dannoſe per naſcer-
ui la ceruſa inimica a i corpi humani, che
non è altro, che la ruggine adherente al piō
bo, & i ſuoi Artefici, che colano il piombo,
ne poſſano fare teſtimonio, che mentre ſo-
no nell'opera, ſi non ſtanno attenti, perda-
no il colore, e diuengano pallidi, e ſmorti
da i vapori plumbei, e però Noi Perugini,
che in mezo la noſtra Città, & in mezo la
Piazza grande, auante all'honorato Domo,
hauemo coſi bella, & antichiſſima Fonte; la
cui acqua vien condotta per canali di piō-
bo doi miglia in circa lontan dalla Città,
da vna belliſſima conſerua, fatta ne i Mon-
ti Paciani, non douemo vſarla per bere in
modo alcuno, di mente di Galeno diligen-
tiſſimo oſſeruatore delle coſe di Roma, il
quale diſſe nel quarto, e nel ſeſto dell'epidi
mie, che l'acque, che ſi conduceuano a Ro-
ma per canali di piombo da i monti Tibur
tini, non erano buone, ne per bere, ne per
cuocere i cibi, per eſſer totalmente crude;

& circa questo fece vn discorso, che in quell'alma Città, & Capo del Mondo, oltra l'altre Eccellentissime doti vi si trouauano molti, e bellissimi Fonti paragonati di bontà, e freschi, li quali erano al seruitio de gli infermi, non che sani; si come hoggi ve ne sono quasi infiniti, anzi è venuta la cosa in tanta grãdezza, il cui principio fù a tempo di Papa Sisto V. felice memoria, che non vi è Palazzo, ò casa (per modo di dire) che nõ habbia la sua commodità di condotti d'acqua del fiume murati; nel che io considero, che l'acque così nascoste siano mãco sottoposte all'ingiurie esterne, cioè ne a ghiacci, ne a caldi rouenti del Sol Leone, ne meno possano essere interrotte, e guaste, ò volte altroue da i Nemici, che tal volta scorrano il paese; e per tornare al nostro proposito di materia di rinfrescare nell'acqua, potiamo conchiudere, che i vasi di piombo, ò di stagno adulterato di necessità col piombo siano vitiosi per porre il vino a rinfrescare ne i pozzi, ò vsati in qualsiuoglia altromodo; si come anco non si loda molto il rinfrescare ne i pozzi con sorte alcuna di vasi, impero che l'acqua de i pozzi è terrestre, grossa, e cruda, si per starsi continuamente nelle viscere della terra, si per non esser visitata, e depurata da i raggi del Sole, ne meno dall'

aere

aere chiaro, e vitale; Chi sarà dunque coluî si buõ Filosofo, che habbia ardire di dire, che penetrando la freddezza, e crudezza degli alti pozzi il vaso, e la sostanza del vino, ò acqua postaui dentro per rinfrescare, nõ vi penetri qualche mala qualità? che con lunghezza di tempo se n'accorge il cuore, e tutto il resto del corpo; percioche l'acqua, è tanto più la cattiua con le sue praue qualità fa maggiore alteratione nel corpo, che l'aria; & questo sia detto cõ autorità d' Aristotele nel primo libro de i problemi nel decimo terzo problema, nel quale dimandando egli, qual fosse la cagione, che nel mutar l'acque per bere, si fa tanta alteratione, circa lo star sano; e se noi respiramo aria contraria non sentimo a vn certo modo alteratione alcuna. Rispose a questo, che l'acqua porge alimento al corpo, e l'aria nò. Ma questa risposta è direttamente contra l'opinione de i Medici, e particolarmẽte de Hipocrate nel libro, che fece de Flatibus; doue dice, che l'aria nutrisce, e sostenta come l'acqua; per il che Aristotele accorgendosi di hauer detto male, per honor suo soggiunse vn'altra risposta megliore, e vera; dicendo, che ogni popolo, e regione ha l'acqua sua propria, e particolare conforme alla minera della terra, doue ha

origine,

origine, per doue passa, e doue si ferma; & essendo l'huomo assuefatto a beuer vna sorte d'acqua, che facilmente la natura la riceue; beuendo d'vn altra fuor di paese, lo stomacho, e tutto il corpo se n'accorge subito, e si altera più, che per cibi, e mutatione d'aria; percioche l'aria non ha ne luogo ne paese proprio, (non ragionando adesso del suo luogo naturale; che già si è detto nel proemio) onde noi vediamo, che l'aere d'hora in hora si và mutando, & è agitato talmente da i venti, che quello, che hoggi, e in Perugia, tirando vento Occidentale lo trasporta per linea obliqua, e trauersale nelle parti di Hierusalemme, & quello, che si troua in Hierusalemme, se tira Leuantino lo caccia, quasi per Perugia all'Indie di Ponéte, & quello, che hoggi è in Fiandra, Zoffiando Tramontana passa in doi, ò tre giorni per modo di dire in Affrica, & quello, che alberga in Affrica, se tira vẽto Ostro, lo spinge, e caccia verso Settentrione; e tutto questo sia detto per essempio, poco curandoci della verità, come c'insegna Aristotele, che in *exẽplis rõ est curãda veritas;* di modo che concludemo, che i Popoli per non hauere aria ferma, e particolare mercè le molti impressioni estranee, vẽgano maggiormente, e più sensatamente alterati dal

la mutatione dell'acque, che dell' aria, & però il rinfrescar nell'acque de i pozzi per le ragioni sudette ci pare, che patisca qualche difficultà, ma rimouendo le cose in cõtrario addutte, cioè i continenti il vino, come fiasche di piombo, e la profondità de i pozzi, siamo di parere, che tal rinfrescamento si possi, e debba vsare senza pericolo d'offensione alcuna; essendo però l'acque buone come si è detto al suo luogo.

Del rinfrescare nell' Aria. Cap. XXVIII.

IL rinfrescar poi all'Aria, & a i venti la notte, che afferma Galeno nel sesto dell'Epidimie al comento quarto hauer veduto costumarsi in Alessandria, & per tutto l'Egitto, per non hauere ne pozzi, ne neue, patisce, e vi soprasta qualche pericolo, essendo l'aria corpo tanto facile ad alterarsi, & in se riceuere qualsiuoglia corrottione, mediãte la quale si può infettare, & guastare subito l'acqua, ò vino posto in simile aere, & imprimerui qualche mala qualità, corrompendo il calore; & lo spirito innato del vino; dal qual poi, se si beue, non ne può succedere se non cattiui effetti, ne nasce impurità, e grossezza d'ingegno, s'indebolisce il giuditio, e tutte l'affettioni animali decli-

declinano, non per altro, se non che l'aere, notturno, e grosso, & humido, & al vino posto per rinfrescare tal volta può partorire graue alteratione; come spesse volte suole auuenire in quelli, che godano di tal aere grosso, & humido, i quali se vi dormano, in poco tempo sentano vna grauezza di testa, e di petto, diuentano balordi, pigri, e sonnolenti, gli si costringe il cuore, la respiratione si rende difficile, si rauca, e toglie la voce; & questi effetti sono più, e meno potenti secondo le complessioni degli habitanti, e secondo le male qualità dell'aria. Tutto questo è interuenuto a me, che per habitare, e dormire in vna camera alquãto fredda, & humida nella Primauera particolarmente più volte mi hà raucato, rendendomi la testa graue, & il respirare difficile, e quel che è peggio, ingannato dalla commodità nõ sapeuo conietturare la causa, da che procedesse tanta indispositione; all'vltimo accorgendomi, che i rimedij erano vani, mi risoluei a mutare stanza, pigliãdone vna più alta, & ariosa, & in poche notti mi liberai affatto da simili accidenti, causati, dall'intemperie dell'aria grossa, fredda, & humida, vna delle cause principali esterne della raucedine, & altre cattiue dispositioni; e però per rimouere questa

mala qualità, daremo qualche rimedio, dicendo, che se soprastà la necessità di stare in simile aere al tempo della Primauera, per essere più pericoloso, si deue da gli habitanti assotigliare, riscaldare, & depurare, cioè con fuoco fatto di legne di vite, di rosmarino, di cipressi di ginepri, & altre legne secche, che rendono la fiamma chiara, e non fumosa; soggiungendo di più con questa occasione, che se i freddi sforzassero ad vsare il benefitio del fuoco, bisogna auuertire di non si aprossimar troppo, ne meno trattenersi, e massime subito mangiato, & con la faccia volta verso il fuoco; imperoche il corpo si essicca, si rende raro, si debilita lo spirito, s'impedisce la digestione, si toglie la vista, si causa vertiggine, il sangue si rende acuto, e colerico, e da questo si possono cagionare i morbi acuti; p tanto si loda per tutte le sorti di gente, & al tẽpo freddo, che dopò pasto si pigli vn caldo moderato più presto voltato il dorso, ò le spalle verso il fuoco, che la faccia, o vero tenerui auante vn para fuoco; e questo sia detto per accidente, non essendo hora tempo di trattarne. Nell' Estate poi si loda, che gli habitatori de i luoghi bassi, & humidi debbano tenere aperte tutte le fenestre, e spiracoli, affinche il Sole, e l'Aria depurata, e

chiara vi possi penetrare, riscaldare, & asciuttare le pariete interne, & i solari di casa, & così per l'altre stagioni andarsi gouernando, secondo le loro temperie, e secondo le cõplessioni de gli habitatori; percioche a i temperati è sanissimo l'aere temperato; così a gl'intemperati quello, si dice, essere ottimo, che sa di natura cõtraria, verbigratia a i Freddi il caldo, a i Caldi il freddo, a i Secchi l'humido, & a gli Humidi il secco; e quel che non si può hauere naturalmente, si deue procurare con arte, ò vero pigliare il consiglio de Hipocrate, che dice, *Nil tutius, quam ad sanam regionem pergere*, e sopra il tutto si deue fuggire l'aere fetido, che a i corpi minaccia putredine, & questo dispone il vino, l'acqua, e gli altri cibi alla corrottione. Si che per il pericolo, e facilità del corrompersi l'aria tanto facilmente di giorno, e molto più di notte, non si può il rinfrescare all'aria, ò vino, ò frutti sicuramente lodare.

Del rinfrescare nel Salnitro. *Cap. XXIX.*

IL quarto modo di rinfrescare più reprobabile si tiene essere, quello del salnitro, il quale se rinfresca (il che non ho prouato) dico, che rinfresca per accidente, e

non per se stesso, per essere egli di natura caldo. E opinione d'Alcuni, che l'acqua posta nel salnitro s'ingrossa, e si facci densa mediãte le qualità del salnitro, che la fa ritirare nelle parti interne, e tanto più si fa densa, tanto maggiormente si raffredda: onde disse Galeno, che le cose sottili, e rare nõ si possono in supremo grado rafreddare; ma le cose a queste contrarie, & in se stesse ristrette, & vnite, essendo di maggior virtù, operano meglio. Com'unque si sia, questa sorte di rinfrescare è cattiua per i molti inconuenienti, che ne seguano in processo di tempo, & prima induce calidezza nel fegato, dal che ne segue maggior sete, infiamma il polmone, toglie l'appetito del mangiare, & molte altre infermità produce, le quali non occorre annumerare, per vsare la breuità; & anco porremo da banda il rinfrescare col salnitro, per esser cosa da Galeotti, e Marinari, appresso de quali si vsa per mera necessità, hauendo carestia d'aere fresco, e non vi essendo ne pozzi; ne neue, la quale come racconta Beda, non cade in alto Mare; e se pur cade rarissime volte; imperoche il Mare continuamente manda fuori fumosità, & essalationi, le quali più presto permettono, che i vapori, che cascano dalle nubi, si risoluano in pioggia, che si

conden-

condensano in neue,& per le medesime ragioni non si conseruarebbe,se la portassero dal la Terra al Mare,e per Mare:la necessità dunque gli ha posto auant'a gl'occhi questo rimedio di rinfrescare cal salnitro, con il quale rinfrescano al meglio che possano,e l'vsano per non hauere altro.

Della Neue, & altre cose a essa appartenenti. Cap. XXX.

HORA, che si è posto in campo il ber fresco,e si sono dechiarati i quattro modi di rinfrescare cō le loro prerogatiue; Ciascuno col suo giuditio, e sapere potrà eleggersi il meglio; essortando gli habitatori di regioni calde, ò di complessioni simili,che hauendo commodità di poter rinfrescare con neue, non deuano seruirsi d'altro modo, essendo questo il più lodato di tutti gli altri, e da tutti gli Autori in vniuersale,e con autorità, e con ragioni, poiche quel grande axioma de i Medici,che dice, *extremis morbis extrema remedia*,ci deue seruire anco per preseruarci;essendo dūque ne i gran caldi la sete di bere intensa con le sue qualità calde,e seccche in supremo grado; ditemi di gratia, quale è la causa,che p rimouere con sodisfattione vna ta

le appetenza,nõ si debba vsare il suo estre-
mo contrario? e stando ne i termini, per
maggior dechiaratione,diciamo, che la ne
ue non è altro,che vn vapore freddo,& hu-
mido,il quale discende dalla meza regione
dell'aere cõ vna frigidità mezana fra quel-
la della grandine, che è intensa, e quella
dell'acqua,che è rimessa; il qual vapore si
gela, e rompendosi dalle nuuole cade in
fiocchi,come bambagia,ò lana carminata,
i quali sono bianchi,per hauere in se inclu-
so vn grado più di frigità, che nõ è nell'ac-
qua;il che appare ancor nell'acqua, quan-
do si gela,e s'ingrossa,che diuenta bianca;
e similmente,quando d'inuerno vediamo le
nuuole bianche,è segno,che sono congela-
te,e pregne di neue; e tãto più se spira ven-
to detto Tramõtana (il qual passando per
le montagne agghiacciate,e neuose, a noi
Perugini si fà tanto odioso) quasi sempre
fa la neue; la quale,quando cade in bian-
chi,e grossi pezzi, e fiocchi senza vento, e
quietamẽte,ogniun si gode di si bella,e gra
tiosa vista; & composta che è in terra vn
poco alta,i Giouani di qualsiuoglia età, ò
grado, se non in publico, almeno in luogo
ritirato, non si possano tenere di non pren-
dere piacere, e diletto merauiglioso frà di
loro da scherza tirando, con cercare anco
animosa-

animosamente di fare a gara l'vn cō l'altro di ricoprirsi di detta neue; anzi sino i Cani si vedono allegri, quasi sperando per l'anno futuro hauer pane d'auanzo; percioche essa non apporta mai danno, anzi dissoluendosi, dissolue, feconda, & ingrassa la terra, & hauendo amazzato l'herbe cattiue, fa crescere le buone; onde il Prouerbio, che suole essere vero, & molto approuato ne i nostri paesi, dice, anno di neue, anno di bene, e se frutta il Ciel, frutta la Terra. La neue è di molta cōsideratione, e fa a proposito p noi per saper prognosticar le cose da venire, come per essēpio, il sognarsi neue è inditio (secōdo Galeno) di fredde infermità, & ad alcuni, che hanno da far viaggio sognando neue, gli viene impedito; ma se la neue si vede in sogno a suo tēpo, nō prognostica cosa alcuna; percioche l'anima, ancorche il corpo dorma, si ricorda del freddo del giorno passato; e questo lo conferma il gran Filosofo, che dice, *quæ de die fiunt, sæpe de nocte in somnis apparent*; la neue dunque è di molto vtile, & ha in se gran virtù, & in particolare disse Galeno esser cōseruatiua del pesce; affinche nō si putrefacci, il simile facendo alle carni; anzi si racconta per memoria, che nell'anno 1608. del Mese di Marzo cascò per tutta Italia, e forsi più oltre, così

fatta neue, che gli huomini non ſi ricordauano della maggiore, e ſi prouò, che haueua conſeruato i corpi morti d' huomini, & altri animali per molti giorni, che congelati non ſi erano in modo alcuno putrefatti. Queſta neue benche fuſſe Marzolina, paſsò i termini ſuoi; ma molto più ſi conſeruò ne i luoghi alti, e montuoſi, che ne i piani, e nelle valli, per eſſerui i venti più freddi di continuo, & anco per non vi eſſere tanta refleſſione de i raggi ſolari. Racconta a queſto propoſito Iſiodoro, che i monti Libani, & Pirinei, ſi come anco le montagne di Granata, Appennine, & molti altri monti ſi vedono perpetuamente bianchi di neue, & ſimilmente noi ne vediamo molti dal noſtro orizonte, ne i quali non ſi disfà mai tutta; quantunque ſoprabondi il gran caldo; anzi taluolta vi è congelata talmente, che d' Agoſto non ſi può romper con ferri, & è ſi fattamente indurata, che par, che habbi a durare in perpetuo. Tutto queſto non procede da altro, ſe non dalla frigidità intrinſeca de i monti, che communemente ſono di pietra viua, & anco eſtrinſeca, cioè dalla regione dell'aere, e da i venti, che coſtrigono, congelano, e conſeruano; ma la cauſa più principale è, che il Sole in tal ſito, ò luoghi fà pochiſſima, e forſi nien-

te

te reflessione per essere vicina alla regione di mezo dell'Aria, la quale è freddissima, & il simile si deue intendere di tutte quelle parti, e siti della terra, che sono sottoposte a i Poli, li quali sono freddissimi, & inhabitabili; merce l'influsso del Cielo, & la lõtananza del Sole, ò per dir meglio obliquità de i raggi solari. i quali non hanno forza alcuna in quelli altissimi mõti, le cui cime per modo di dire, toccano il Cielo; e vi sono di quelli, come il monte Olimpo, descritto da Lucano, & il monte Otho descritto da Solino, & altri; a i quali non soprastanno l'impressioni elementali, cioè nõ vi è ne caldo, ne freddo, non vi cade pioggia, ne neue, & meno vi spirano i venti, & per questo dicono, che quella terra se ne stà arida, e secca conforme alla sua semplice natura elementale; per il che si manifesta vero il detto d'Aristotele, *terra, sine aqua puluis est*. Dentro poi quei monti, e massime vicino alle radici sono porosi, e spongiosi; anzi vi si trouano cauerne grandissime; come si legge, e cõ effetto si vede di tutti i monti; la generatione de i quali, alcuni vogliono, che siano stati i terremoti, & che habbiamo solleuato, & gonfio la terra, doue più, e doue meno, secondo la forza dell' essalationi sotterranee, & essendo così rimasti,

masti, ne sono successe le cauerne, e superficialmente i monti, e le valli; altri vogliono, che il diluuio grāde dell'acqua habbia mutato l'habito della Terra, e per questo alle volte si trouano, mentre si escaua la terra quaranta, ò cinquanta, e più piedi sotto, cō occasione di fare qualche pozzo, si trouano dico, legni, e traui di quercia, fatti simili al ferro. In altri luoghi poi si sono trouate colonne statue, & altre memorie d'huomini Illustri, e famosi ricoperte da diluui particolari, e da pioggie continue. Altri sono di parere, che i venti con la lor forza habbiano congregato insieme la poluere, arena, paglia, radice, herbe, e sassi, & così a poco a poco in qualche luogo si sono fatte le depressioni, & valli della terra, & generati i colli. Altri Inuestigatori d'acuto ingegno dicono essere stata tale l'industria de gli huomini, che molti insieme hanno fabricato i colli, & inalzato i monti; e però vene sono molti, che apparis cano fatti di scorze l'vna sopra l'altra, & amassate, chi più, e chi meno; come si vede nelle Linee delle cō gionture di alcuni monti, & in particolare, questo si legge di quei Giganti, che coacer uarno i mōti di Tessaglia: ma credetemi certo, che tutte queste sono vanità, & che è chiaro, e certo, che i monti, e le valli furno

creati

creati nel primordio di tutte le cose, come ben disse il dotto Ouidio ne i suoi versi.
Melior Natura Deus.
Iussit, & extendi campos, subsidere valles.
Frõde tegi siluas, lapidosos surgere montes,
Et questo fù fatto dalla Natura con diuina prudenza, affinche venendo le pioggie, e neue, i porosi, e cauernosi mõti habbiano da attrarre, e ritenere l'acque, per qualche spatio di tempo, in quelle pressure, e fossi ben capaci, ne i quali l'acque piouute prima si condensano, e congelano dalla frigidità della terra, e pietre in vapori, i quali continuamente si liquefanno, & a guisa di sudore assai copioso, distillandosi per le vene della terra, fanno i riuoli, i quali finalmente disrompono in qualche aperto luogo, doue scaturiscano fonti di gran copia d'acque fresche, & di somma perfettione, come si è detto di sopra; e questo molto più si manifesta in quei monti, che stanno assai tempo coperti dalla neue, i quali danno di se gran copia d'acque. & Io ho cõsiderato, che i monti, i quali nelle lor cime hanno pratarie piane, non mancano mai d'acque, & a confirmatione di questo C. Tacito scriue, che quando Moise andaua peregrinando p il deserto, e che per la sete si trouaua a mal partito; egli trouò più volte le uene dell'ac-

dell'acqua ſolamente dalla coniettura del terreno pieno d'herbe. Altri poi hanno preſo conietture dalla verzura delle ſelue, & li hanno trouato l'acque, & in grand'abbondanza, le quali la natura ce l'ha date non ſolo, che habbiano da ſeruire per bere; ma per irrigare a poco a poco le valli, & i piani della terra; perche ſi come il ſangue, che corre ꝑ l'arterie, & vene del corpo, humetta, e nutriſce tutt'i mẽbri delcorpo, coſi l'acqua, ſcorrẽdo per le uene della terra, bagna la ſua natural ſiccità, diſponẽdola a eſſer molto atta per la generatione de i vegetabili. Dicemo dunque, che l'acque ſono neceſſariſſime tanto per ſeruitio, e cõmodo del genere humano, quanto de i brutti, e vegetabili, che per noi ſono nati, e continuamente naſcono per noſtro vſo, e gouerno; come diſſe Ariſtotele, che Noi ſemo in vn certo modo il fine di tutte le coſe; volendo con ſimil parole inferire, che ogni coſa è fatto, e ſi fà dal gran Fattore, e Datore de tutti i beni, e per ſua gloria, & in gratia dell'huomo, al quale ſi dirizzano, e ꝑ il quale ſi trattano tutte le coſe ragionate, e da ragionarſi da noi; & in tanto ci baſta per vna certa cognitione graſſa d'hauer toccato cõ l'intelletto le ſudette coſe, & prouato, e concluſo, che il megliore, & più approuato

modo

modo di bere rinfrescato per i tempi del gran caldo è con la neue, si per dare compita sodisfattione al corpo, si per reggimẽto, e conseruatione della sanità: ma perche l'età, e le complessioni non sono eguali, ne tutti habitiamo vna regione; però sarà necessario di dare qualche auuertimento secondo il nostro proposito; percioche si come i Calzolari si seruano di più d' vna forma nell'essercitio loro di far le scarpe; anzi a ciascuno danno la sua proportionata; così i Medici circa l'ordination del vitto, e del medicare col mezo della vista, dell'vdito, dell'odorato, e del tatto a vn girar d'occhi cognoscano mille differẽze di cose, penetrando anco le passioni dell'animo, & a ciascuno sanno ordinare il reggimento del vitto, & altre ordinationi conforme al male, & alla sua particolar complessione, nel che consiste la forza del medicare, e saper prognosticar con certezza; & però detto, che si è del ber fresco, ne proponemo di dechiarare quelli, che hanno da bere di questa sorte, e più, e meno rinfrescato secondo la lor propria temperatura, & arte; e ciò faccio a differenza di alcuni Medici Empirici, de i quali si ride Galeno nel 9 del methodo; imperoche vsauano a suo tempo vn medicamento solo per guarir tutti i mali,

dal

dal che egli suscitò vn prouerbio, *volunt vno calopodio omnes calceare*. onde Cornelio Celso disse *nõ õnibus ægris eadẽ auxilia cõueniunt*. Vn altra volta poi l'istesso Gal. nel li. delle parti della medicina al c. 2. si dolse à vedere in Roma esser suscitati tai, e tanti Medici Empirici, che quasi auantaggiauano il numero de mali. *Romæ enim fieri consueuit, vt alios dentarios medicos vocent, alios auricularios, alios suffusionum punctores, siue ocularios, & herniarum incisores, vnde mox ita loqui liceat, plures etiã sũt futuri medici, quã sint corporis particule*. Ma se Galeno fosse viuo, che direbbe hoggi, che non solo in Roma, ma per tutte le Città, e Luoghi del Mondo, & in Perugia Città secõda, ò almen terza di santa Chiesa al giuditio d' ogni vno, vanno vagando tanti Medici Empirici? Io credo, che gittarebbe la sua berretta laureata per terra; poiche si vedano tanti Medici, che non solo ogni Cirusichetto, ogni Barbiere, e alcuni Spitiali, ogni Vecchiarella, ogni Salimbanco, vuol fare il Medico, dar medicine, far cauar sangue, e chi vuol curar tutti i mali cõ l'Antimonio, ò cõ qualche lor Quinta essẽza, la quale io ho veduto hauer più presto nociuto, che sanato, per hauerle amministrato imprudentemente, e senza conside-

ratione delle qualità ò manifeste, ò occulte; cosa, che in vero non solo progiudica all'anime di quelli, che non sanno quelche si facciano, e pescano; ma apporta pregiuditio manifesto a quelli infelici, che vi perdano la robba, e miseramente la vita; e con tal fine voglio ritirarmi a dietro per non esser tenuto mala lingua, e continuare intendo il mio discorso, dechiarando a chi sia vtile il ber fresco, e rinfrescato.

Il ber fresco a Chi conuenga. Cap. XXXI.

POI che Noi habbiamo fatto assai lungo ragionamento circa il reggimẽto dell'Estate, e particolarmente in quanto al mãgiare, e ber fresco; hora sia di misteri cominciare a dire di tutti quelli, a i quali, è vtile, e necessario il ber fresco; & fondatici nell'autorità d'Hipocrate, il quale manifestamente comanda, che ne i tempi caldi si vsi il ber freddissimo, & in particolare l'hanno da vsare i corpi caldi, e colerici; onde Galeno, che in questo passo nõ volse digredire dal suo maestro, disse nel libro de sanitate tuenda, *iusto calidioribus corporibus, & in precipui vigoris ætate prodest frigida potio*; & in altri luoghi, come in

quel

quel libro de cibis boni,& mali ſucci ordina più liberamente,dicendo,che ſicuramẽte poſſano, e deuano ber freddo , ò rafreddato tutti coloro , che ſono di compleſſione temperata, e che habitano paeſi caldi,ò temperati, i Sanguigni , i Colerici , & Quelli,che hanno molte facende,e penſieri di molte , e diuerſe coſe , come i Prencipi , Gouernatori di Città,e di Republiche,i loro miniſtri, che partecipano de i medeſimi trauagli,e penſieri ſpeſſe volte di gran lunga più affettuoſi,come quelli che,trauagliano aſſai la mente in molti negotij publici , ò ciuili,ò criminali;ſimilmente Coloro, chc con molto eſſercitio affaticano il corpo,come ſono i Medici, gli Auocati , i Procuratori , i Soldati , e tutti quelli , che caminano , e caualcano a lungo , e frettoloſo camino ; volendo ſotto queſti eſſempi rinchiudere ogni eſſercitio , e fatica tanto dell' animo , quanto del corpo . Et l' iſteſſo confirmò in quel libro, doue tratta del male , e calidezza di reni , nel quale dice , l'vſo del ber freſco , & rinfreſcato con neue conuiene a tutti coloro ,che ſono caldi di ſtomaco, di fegato,e di reni,e parimente a tutti quelli , che per natura ſono carnoſi,e corpulenti,forſi per far ſi, che nõ ſi generano pietre,leuando la cauſa, da che

ſi fan-

si fanno con il tẽperare la caldezza di quelli, che è la causa efficiente di formare l'arene, e pietre: & questo non occorre prouarlo, per essere cosa notissima a ciascuno, non che a i Medici, cioè, che i reni non possano generare pietre, se non quando sono caldissimi, ò oltra modo riscaldati; per la qual cosa l'vso del ber fresco è preseruatiuo, a i sodetti, e parimente a tutti quelli, che per natura sono carnosi, e corpulenti, e ciò l'insegna chiaramente Hipocrate, nel quinto de gl'aforismi aforismo 24. ragionãdo, che l'acqua, assai ben fredda reuoca il calor natiuo, vsata al tempo del Estate da i corpi carnosi. *Aqua frigida multa effusa in huomine bene carnosi in media æstate caloris reuocationem facit*. Similmente gioua a quelli, che negotiano assai, affirmando Galeno nel 7. del methodo, che questi possano bere freddissimo, e tanto più se vi sono assuefatti; percioche mediante l'vso, e la consuetudine, che si dice essere vn'altra natura, lo sopportano meglio, godendo, come dice Plinio, del diletto, & piacere del ber rinfrescato senza che le qualità della neue n' offendano punto. Di questa sorte di bere si deuano astenere principalmente, secondo l'opinione di Galeno nel libro de arte curatiua ad Glauconem tutti coloro,

qui loco degunt frigidiori,come per essem pio i Popoli del Vngaria,Fiandra , & Ale magna,& altri paesi freddi;se bene non si parla semplicemēte,poiche Alcuni di que sti supposte le sudette cāditioni,a i tempi caldi deuono bere rinfrescato cō neue,ha uendone copia circum circa la magior parte dell'anno,& seruirsi della regola di Paulo Dottor di Legge , il qual dice,*non ab eo, quod sit , sed ab eo, quod fieri debet, &c*. Di questo rinfrescare , io credo,che nō habbiano bisogno gl'habitatori sotto l'Equinottiale;si come mi testificano quel li, che hanno nauigato la noua Spagna,il Perù,l'Isola di S.Domenico, e gl' altri An tipodi,per essere regione non solo tempe rata,ma temperatissima;poi che questi ta li non sentono cō effetto gran mutatione di tēpi, e d'aere;& questo lo manifesta la fertilità , & abondanza di tutte le cose ve getabili ; e che doi volte l'anno la terra produce tutti i frutti;onde alcuni si moua no a merauiglia,che non vi concorrano genti ad habitare vn cosi nobile,e fertile paese, il quale non è soggetto al caldo,al freddo eccessiuo, come gl' altri; ma par quasi sempre Primauera, e viuono lūgo tē po ..A questi,che tanto si marauigliano si potria rispondere secundo il volgato Pro

uerbio,

uerbio, che dice, Tristo è l'vcello, che nasce in cattiua valle; nõ cõcedendo per questo, che noi godiamo questo Mõdo, cioè l'essere & il bẽ essere meno di loro; anzi, gl'accertamo, che per tãto variar, Natura è bella, & essẽdoci noi assuefatti alle nostre delitie nõ ne curamo di quelle d'altri, i quali, non cõsiderãdo il gustoso reggimẽto di viuere, non restano tal volta, cosi appagati, e contenti gl'animi loro, come noi del nostro Reggimento estiuo rinfrescato con arte, ò almen fresco naturale, il quale è fatto propriamente per quelli, che viuono con pochi pensieri, e fastidij, & il più del tempo dell'anno in otio, & in piacere. Di costoro, si dice, che si come non hanno molto caldo, che gli prouochi, e sforzi a bere molto freddo, si deuono astenere, e bere con acqua naturalmente fredda, senza ponerla a rinfrescare con artificio, non hauendo bisogno di bere freddissimo, & questo si dice ancora per il tempo dell'Estate, ò di altro gran caldo di mente di Galeno nel penultimo capitolo del libro de i buoni, e cattiui succhi, doue soggiunge nel fine vna causa de morbi, cagionata dal abuso della neue, le cui parole sono queste, *& si enim statim iuuenilibus corporibus nix nihil mali afferre videatur*, quod quidẽ per-

cipi sensu queat, tamē paulatim increscente noxa, inclinata progressu temporis ætate, morbos facit in articulis, neruis, ac visceribus, qui vix, aut ne vix quidem curari possunt, cioè, che si bene a i giouani non pare, che il ber la neue, ò acqua di neue apporti nocumento alcuno manifesto al senso, tuttauia cōtinuando in progresso di tempo, e nel mutar l'età viene a causare mali nelle viscere, ne i nerui, e nelli articoli di tal sorte, che si rendano ribelli, & incurabili; per il che Galeno in altri luoghi ci consiglia, che in questi, e simil mali non vsiamo altro, che la cura preseruatiua; quasi che tutte l'operationi, che si fanno nell'infirmità incurabili, siano, ò dannose, ò buttate; e però la neue non si deue abusare cioè, ò ber neue, ò acqua di neue, che così è interpretato questo luogo cōmunemente: essendo del medesimo parere Hipocrate, il qual dice, *Qui frequenter aquam bibunt frigidam, frigidas ægritudines non euadunt*, come Hidropisia, tremor de mēbri, dolori articolari, e simili, parlando di quelli, che il più delle volte beuano acqua pura, e forsi aghiacciata, e che sono di tēperatura fredda, & Auicenna nella terza del primo nel cap. del reggimento dell'acqua, e del vino lo conferma ponēdo molti

incon-

inconuenienti, che succedano giornalmente dal bere acqua pura senza vino, ò senza qualche liquore in luogho di vino, e massime a digiuno, e continuatamente; il che da noi si è auuertito altre volte; e nella sesta del quarto nella dottrina secōda nel vltimo capitolo dice, che non deuano bere acqua quelli, che hanno fatto grande essercitio, come per il giuoco della palla, ne meno quelli, che hanno vsato il coito, ne quelli, che sono stati alle stufe, ò bagni, & come buon Filosofo, rende ragione, dicendo, che in quell' hora i pori del corpo sono grandemente aperti, per doue passa l'acqua pura non senza lesione; imperoche estingue il calore innato, offende il petto, debilita l'appetito, nuoce al fegato, & alla milza, causando spesse volte Hidropisia, e corrompendo del tutto la complessione, e però il bere di tal sorte, & anco troppo adacquato si vieta, non solamente a i sodetti, ma molto più a i vecchi, i quali hanno il calore naturale indebolito, fiacco, & poco potente per digerire. Similmente non conuiene in modo alcuno il bere rinfrescato, ne fresco a quelli, che patiscano crudità di stomaco causate da freddi humori predominanti, ne a gl'asmatici, ò patienti difficultà di respirare, ne a coloro,

che hanno debolezza ne i nerui,& che so-
gliano patire ventosità, ne meno a i Gio-
uanetti,e Figlioli teneri; anzi a questi tali
si vieta il ber freddo,& acqua, e parimen-
te il vino puro,per la debolezza de i ner-
ui,il cui principio vien dal ceruello; si co-
me anco per non offendere gl'altri mem-
bri nutritiui, e principali; & per questi si
loda il vino temperato con acqua, hauen-
do noi imparato questo da Galeno nel V.
de sanitate tuenda,doue prohibisce il vino
a i Putti,e lo concede a i Vecchi. *Vinum
sicut pueris est alienissimum, ita senibus
aptissimum*. Et Io credo,che questo non
sia per altro, se non perche a quelli è fuo-
co,a questi è latte. In somma il ber trop-
po fresco si vieta a coloro,che viuono sē-
pre in otio senza essercitio, ò animale, ò
corporale,che qualsiuoglia è molto neces-
sario per la conseruatione della sanità;im
peroche se noi parlamo dell'essercitio ani
male,cioè vigilia,ira,tristitia, sollicitudi-
ne,lo studiare,il fare atti di memoria,e si-
mili,se sarãno moderati,cõferiscono assai
alla vera sanità del corpo; Se poi parla-
mo del essercitio corporale,che si fà in
molti modi,dicemo,che deue conformar-
si con la consuetudine,con l'età,con il tē-
po,& altre circostanze, de chi lo fà; e so-
pra

pra il tutto deue esser moderato, che se tale è, se ne caua molte vtilità, e principalmente escita il calor naturale a fare più perfette operationi, risolue tutte le superfluità, indura, e cõsolida i membri, che non così facilmente vengono a essere offesi, ne dal caldo, ne dal freddo; rendendogli molto atti per quel fine, che la Natura gl'ha creati; e perche dall'essercitio se ne cauano tanti beni, e da notare, che il più cõmodo tempo di fare essercitio è auante il mangiare, e tanto, quanto l'huomo si sente vn poco riscaldato, e che i membri, si sentono allegeriti. Il simile ci consiglia Galeno nel duodecimo del meth. cap. 4. quãdo, dice *in somnis fit ciborum concottio, in vigilia autem, & in exercitio fit resolutio, & sanguinis distributio in membris*, il che anco conferma nel 3. *de causis pulsuum* cõ queste parole *coctiones in somno fiunt meliores &c.* per tanto si deue fuggir l'otio, che non solo apporta nocumento al corpo, ma all'anima ancora, come disse Ouidio,

Ignauum corrumpunt otia corpus.

Et il medesimo parlando del rimedio per gl'innamorati, cantò questi doi versi

Leua via l'otio, & hai spezzato l'arco
E rotto il dardo al disonesto Amore.

Et essendo interrogato in questa materia
vn sapiente Filosofo a dire, che vtilità si
cauassi dall'essercitio, rispose così dotta-
mente, che meglio non credo, che potessi
rispondere, le cui parole le produrremo
in latina lingua, si come egli disse. *Hone-
stus labor humanę vitæ fida est custodia,
dormientis Naturæ stimulus, sopiti ca-
loris luna, superfluitatis consumptio, vi-
tiorum fuga, morborum mors, languorum
medicina, temporis lucrum, iuuentutis de-
bitum, adolescentiæ disciplina, senectutis
gaudium, salutis adiutorium, Emula, &
expultrix omnium malorum, otij inimi-
ca; Ille solus ab exercitio se subtrahit,
qui fælicitatis gaudio vult carere.* Et a
confirmatione di quanto si è detto, vn
certo Fulgentio Espositore de prouerbi
nell'espositione del trigesimo primo pro-
uerbio proruppe in queste parole contra
gl'Otiosi. *Qui non laborat, non mãducat,
& panem ociosa non comedit, & aquæ quã
do nimis quiescunt, putrescũt; ferrũ etiam,
& quodlibet metallum rubiginatur, &
euanescit, quãdo minus debito est in exer-
citio;* e perche l'vno, e l'altro essercitio fat
to con moderanza, conforme alla stagion
dell'anno, all'ordine, & alla consuetudine
vien tanto lodato, si come anco il com-
menda

menda Galeno in quel libro de cibis boni, & mali succi, e nel secondo de sanitate tuenda, & in molti altri luoghi, però per tal cagione Noi damo ampla licẽza a tutti quelli, che si essercitano cõforme al douere, di potere ber fresco più, e meno secondo che gli parrà più vtile, e conueneuole alla sua sanità, vso, e costume, imparando sempre dall'esperienza maestra di tutte le cose, col mezo della quale potrà venir lasciando, e seguendo il rinfrescare secondo il bene, & il male, che gli parrà di riceuere di giorno, in giorno, e secõdo che giudicarà necessario per la sua salute, massimamente ne i tẽpi caldi dell'Estate, quãdo i corpi sudano; & quasi ardendo vengono meno, e si rilassono; & questa sia regola generale per tutti i paesi, e per qualsiuoglia sorte di huomini, assicurandogli, che l'obedire gli sarà di giouamẽto mirabile, e di tanto gusto e piacere, che niente più: e benche il ber fresco habbia in se tãte virtù, e si laudi generalmente per tutte le cõplessioni almẽ per il tempo dell'Estate, niente di manco primariamente si loda per i Sanguigni, secondo per i Colerici, terzo per i Malenconici, quarto per i Flẽmatici giouani, e sani, le cui cõplessioni si potrãno euidentemẽte scorgere da questi approuati segni.

Delle

Delle Complessioni, & prima della Complessione Sanguigna. Cap. XXXII.

GRasso faceto è di propria natura
E gode sempre vdir nouo romore
Qualũche scalda nel sanguigno humore
In lussuria sol pone ogni sua cura
Volontier ride, e in allegrezza dura
Nel parlar dolce, & è di grande Amore
Di liggier'ira gli si infiamma il core
E atto ad ogni studio, e cosa oscura
Dilettagli gustar varie viuande
Molto vuol bere, e sia ben fresco assai
E pronto audace, e di manier proposte
Per tutto il corpo color rosso spande
Da giochi, e trebbi non si toglie mai
Di molta carne le sue membra veste.

Complession Biliosa.

COlera s'in alcun corpo si accende
Fà l'huomo di natura impetuoso
E d'auanzar ciascun desideroso
E facilmente quel che vuol apprende
In breue tempo a gran statura ascende
Di larghi membri, e di corpo peloso
Diuien d'animo grande, e vigoroso
Ne posa s'a gran stato non conscende
Astutia immensa in tal natura regna

In gabbar altri assai si fa virile
Sempre si addira, & è gran Beuitore
Audace a suoi fastidi, in questo segna
Poco di carne, e non d'animo vile,
Come di croco è giallo il suo colore.

Complessione Malenconica.

MAlēconia humor più che altro tristo
Fa l'huomo di natura asciutto, e basso
E sempre di letitia priuo, e casso
Desideroso assai di far acquisto
Ad ogni studio è dedito, e prouisto
Ne'l sōno in tal humor ferma il suo pas(so
Ma vigilante studia, e fa fracasso,
E parlar di cose alte è sempre visto.
Quelche propon, vuol mandare ad effetto
Nessuna cosa a se reputa grata
Timido è più, che ceruo, e fraudolente
Hà d'auaritia assai ripieno il petto
Inuidia insieme è seco generata
Il color suo è terra lutolente.

Complessione Flemmatica.

FLemma humido, e freddo all'Elemento
Dell'acqua s'assimiglia, e ingrassa forte
Qualunche tal natura tien per sorte
Et è di poche forze pigro, e lento
Di stare in otio è tutto il suo talento
Non è Astuto ne sono sue voglie scorte

E par

E par, che niuno studio gli comporte
Tanto è di rozzo ingegno, e poco attento.
Sua voglia, ſua quiete, e ſuo riposo
Riposto ha nel dormire, & ogni moto
Che faccia del ſuo corpo è molto tardo
Oltre che ſciocco ſia, e ſonnacchioſo
Di ſputo non ha mai ſtomaco voto
Se l' fiſical parlar non è bugiardo.

Sopra tutte le Compleſſioni.

SAnguigno ſi può dir chi di colore (to
Roſſe ha le carni, di mẽbri carco, e orna
Ben che leggier nel conuerſare amato
Ha ingegno, ha forza, audacia, e ſegue
Bilioſo è quel poi, che a tutte l'hore (Amore
S'addira, e placa, e liberal dotato
D'agil ingegno, e gracil corpo nato
Almẽ per fraude, ò aſtutia ha qualche ho
Flemmatico ſarà ſol faſcio graue (honore
Delle pigre oſſa in fiacca carne accolto
Lento, è l'otioſa piume gl'è ſoaue
Malenconico ſia ſe oſcuro il volto
Meſto, inuido il core, & auido haue
Vigil coſtante, acuto, d'ingegno è molto
Ma chi di ciaſcun ſciolto
D'eſſi la proportion debita ſcielſe
E ſano, gratioſo, e di virtù eccelſe.

Si

Si tratta dell' Eccellenza del ber fresco, e rinfrescato si per preseruare la sanità, si per curare l'infermità.
Cap. XXXIII.

ECco dunque aperta la via volgarmẽte, e per più breuità contra nostra natura habbiamo preso sicurtà della gratia delle Muse, affinche ogni vno commodamente possi mandare a memoria, e venire in cognitione, si della propria temperatura, si ancho di quella altrui; e conoscendo finalmente hauere in se parti caldsisime potrà nell' Estate vsare il ber fresco secondo l'vso del luogo, e bisogno proprio in vno de i modi da noi detti, & approuati; percioche quantũque il nostro ber fresco sia causa di tanti beni, quanti di sopra hauemo accennati per conseruatione, e preseruatione della sanità, la cui differenza, chi mi dimandasse, dico esser questa, frà il conseruare, e preseruare, cioè il cõseruare si dice, il mãtenere il corpo cõ le cose simili nello stato, che egli si troua. Il preseruare, si dice, il mantenerlo nello stato, che egli è, e difenderlo da qualche soprastãte, e morboso accidente con le cose dissimili; & dato, e concesso per le molte ragioni, &

autorità

autorità addotte, che il ber freſco conſer-
ui, e preſerui da molti mali; ſoggiungemo
niente di manco; che n'ha aſſai più in cu-
rare l'infermità, & alcune febri, come rac-
conta Galeno nel methodo, & ex profeſſo
nel libro nono, & in quello delle cauſe an-
tecedenti; doue riprẽde tutti i Medici, tra
i quali nomina Eraſe, & Atteſſalo, i quali
vietauano l' vſo dell' acqua fredda a i fe-
bricitanti, & ordinauano ſenza diſtintio-
ne, ò di febri, ò di compleſſioni, ò di età,
che la beueſſero calda, & nel ſettimo, otta
uo, nono, decimo, & vndecimo libro del
methodo ſi vanta Galeno di hauer curato
le febri, & altre ſorti d'infermità, come
paſſioni calde di ſtomaco cõ l'acqua fred
diſſima, e tal volta rinfreſcata con neue;
anzi nell' vndecimo libro dell' iſteſſa me-
thodo conferma riſolutamente, che le fe-
bri acute ſi curano col cauar ſangue, e col
bere acqua fredda, e ſpecialmẽte le febri
acute ſanguigne; & in vero l' Eſperienza
per lungo tempo ci ha confirmato, che l'
acqua chiara, e freſca è vn eccellẽte rime
dio, ſi per curare alcune infermità, ſi per
conſeruar la ſanità, domar la carne, o per
dir meglio, e più chiaramente la luſſuria,
& eſtinguer la ſete ne i grãn caldi, preſa
però con le debite conditioni, e circoſtan-

ze,

ze, che habbiamo dechiarate; che cosi l'intese Galeno; e se qualcheduno trouausse l'autorità di Galeno in cõtrario, doue biasimasse il ber fresco, e rinfrescato con neue, sappia questo tale, che Galeno parla in vniuersale, & cosi si rimoue il dubbio, restando assolutamente confirmato per consiglio della commune opinione de i Medici, che si debba ber fresco; si come finalmente ci consiglia Galeno di mente propria in quel libro de i buoni, e cattiui succhi nel penultimo capitolo, doue dice, che il modo di rinfrescare è diuerso a diversi, cioè tanti paesi, tante vsanze; ma che la neue si può concedere per rinfrescare le viuande a chi vi è vso; ma a chi non è vso, basta l'acqua fredda di fonte; non hauendo bisogno di neue. Per la qual cosa essendo la nostra Città di Perugia la Colonia di Toscana (cioè vna delle dodici Colonie, edificate da Noe) essendo, dico, situata in luogho montuoso non alpestro, ma ameno, doue quasi tutto l'anno hauemo l'aria fresca, e sottile; e di più hauendo copia di bonissime acque fresche, diciamo, che ci bastano queste per ber fresco, e rinfrescato, e ci sodisfanno, non hauendo tanta necessità, come alcuni altri paesi, e Città di bere rinfrescato con neue: ma non resta per

questo, che molti è molti Gentilhuomini,
& buona parte di nobilissimi Studenti per
la consuetudine, che hãno presa in Roma,
nelle corti de Prencipi, & nelle lor Patrie
non senza gran piacere, e sodisfattione l'
vsano, & talmente, che non gli par poter
viuere sẽz'essa, & a questo effetto l'Illustris
simo, & Eccellentissimo Signore Ascanio
della Corgna Marchese di Castiglione
buona memoria s' ingegnaua d' hauerne
copiose conserue, per farne presenti ne i
tempi caldi a gli Illustrissimi Signori Go-
uernatori, e Ministri della Città, & altri
Signori, e forastieri, e Compatriotti incli-
nati a questo vso, e per seruitio suo, e del-
la sua nobil famiglia, e corte se ne consu-
maua vna quantità grande il giorno viuẽ
do con le maggior delitie, & delicatezze
del Mondo; come in questo lo vanno imi-
mitando i suoi Illustrissimi figli, cioè l'Ec-
cellẽtissimo Sig. Fuluio successore nel Mar
chesato, & l'Illustrissimo Sig. Federigo Ab
bate, insieme con il Sig. Diomede Caualier
di Malta, i quali, essendo sempre per i me-
riti loro accompagnati da vna moltitudi-
ne di Gentilhuomini Illustri godono insie-
me di ber rinfrescato con neue; & per vso
particolar di ciascuno vi sono alcuni Fora
stieri, che hanno fondato il loro essercitio
ò traffico

ò traffico in questo mestiero della neue, & hanno da vn tẽpo in qua procurato; e procurano di farne conserue, si come alcuni di presẽte la cõseruano nella mõtagna della Città di Asise per vẽderla l' Estate in Perugia,& altre Città, si come la vẽdano publicamẽte a chi ne vuole,& a chi per la cõsuetudine, che ha di vsarla non può far di manco; come fra gl'altri Nobilissimi l'Illustre,& molto Eccellente Signor Monaldo Vigilanti principal Gentil' huomo di quella Città di Ascesi, il quale mediante l'innata sua cortesia accarezza tutti i Forastieri,e Prelati,che ariuono per visitare la Gloriosa Vergine de gl'Angioli, & il glorioso Serafico S.Francesco,& nel suo proprio,& ornato palazzo godano di mãgiare sontuosamente, e bere rinfrescato con neue nel meglior modo,che sia possibile, e che s'vsi,si sua Signoria, si ancho i Nobili suoi Figli,e conuiuanti. E questi tali,anzi tutti quelli che sono dediti al bere nella neue,mi dicono,che l'acqua,ò vino rinfrescato con essa non gl'offende tanto, quanto,quello,che è rinfrescato altroue, ò naturalmente freddissimo;dicendo,che se loro beuono fresco naturale, ò con acqua di cisterna,ò di fonte,gli fa male; ma rafreddato con neue, non sentono nocumẽto al-

cuno imperoche il vino quāto più è rinfre
scato, tanto meno offende; e non vi è co-
sa, che rimetta, e reprima la fumosità, e
gagliardezza del vino, quanto raffreddar-
lo grandemente, dal che ne resta debole,
& i fumi, e vapori non potendo penetra-
re, & ascendere alla testa, è causa, che le tu
niche del ceruello non si inbeuano tai va-
pori, e non può causare dolori di giõture,
ne altro. Per tanto Io mi marauiglio ol-
tra modo, che molti senza pensar più ol-
tre, ne dicano infiniti mali; & per questo
non la vogliano vsare, dicẽdo di esser vis-
suti qualche anni senza questo vso, e così
vogliano viuere il resto della vita loro; e
quel che maggior merauiglia mi apporta
è, che non vogliano ber fresco manco ne
gl'altri modi da noi approuati; essendo fo-
mentati da alcuni, ò Medici, ò fautori del
ber caldo, de i quali persuasori se ciascu-
no hauesse a fare il coppiere, e dar da be-
re a tutti quelli, che lodano, & vsano il ber
fresco non sol l'Estate, ma in tutti i tempi
caldi, ò temperati, gli conuerrebbe quel
detto di Agamennone apresso Homero,
ragionãdo de i valenti soldati Greci a cõ
paratione, e numero de i soldati Troiani.

πολλαὶ καὶ δεκάδες δευοίατο οἰνοχόοιο

Cioè, starian senza coppier molte decine.

poiche

poiche pochi possano essere quelli in Italia, e fuor d'Italia ancora per molti milia stadi che nel Estate, & altri tēpi vsino di ber caldo, e se pur vi sono, e che siano gio uani, ò vecchi di primo sen io di tēperamē to caldo, e secco, ò caldo, & humido con altre conditioni sōdette, non sanno quelche si dicano, ne facciano, cioè, ò male, ò bene, ingannandosi di gran lunga, & aggiū gendo disordine a disordine, quasi che legne al fuoco per spingerlo; e forsi anco nō considerando, che per viuere bastarebbe solamente bere acqua, e mangiar pane assai ben sembolos o, carne di boue vecchio, faue, e cipolle, & altre cose di poco nutrimento, e meno sodisfattione; ma se considerassero il viuere politico, e delitioso, nō lasciarebbono giudicare ad altri, che il mangiar carne di vitella, castrati, starne, tordi, e caponi, e galli d'India a i tempi loro, & ancora il mangiar questi con diuersi saoretti di Cuochi, e di Spitiali, castrato, con salsa, e pernice con limoni, & arancie, è altra cosa, che mangiare i cibi sopradetti, e di cattiuo gusto; imperoche vno è mā giar per necessità, e rusticamente, con poco gusto, non facendo differēza da tordo, e storno, e l'altro si dice domesticamente, o ciuilmente, & vien fatto da huomini di

ſontuoſa, di ſplendida, e delicata vita, a i quali piace, e gioua il buono, e ſaporito reggimento di viuere. Il medeſimo voglio dire, ſe coſtoro guſtaſſero di quanta importanza, e delicatezza è il bere rinfreſcato con neue, mi rẽdo ſicuro, che depoſti tutti gl'altri modi di rinfreſcare, ſi appigliarebbono a queſto; eſſendo hoggi, e da vn gran tempo in qua il più famoſo, e nobile di qualſiuoglia, & vſato da tutti i Signori, e Prencipi del Mondo; ſi come cõferma la contraria ſetta, cioè gl'Autori, e fautori del ber caldo; e frà gl'altri Io n'ho letto vno moderno, il quale confeſſa, che gl'Autori del ber caldo ſono odiati, il che mi denota eſſer pochi tali Autori; & hauer detto contro la commune opinione, e che ciò ſia il vero, finalmente conclude, che ſe hanno trattato del ber caldo, ciò hauer fatto più per contradire, e filoſofare, che per altro; & queſto tutto ſi ſcorge in queſte parole; & Alcuni Perſonaggi anche, i quali non ſol contenti di ber freddiſſimo moſtrano euidenti ſegni di odio verſo gl'autori, e fautori del ber caldo; ma vorrebbono, ſe poteſſero, leuar dal Mondo quella poca libertà, che gl'è rimaſta di Filoſofare ciaſcuno a ſuo modo; anzi quelche più ſi ha da notare è, che do

po

pò l'hauere accumulato molti luoghi di Scrittori per prouar l'intento loro, non solo non negano, ma chiaramente affermano douersi bere rinfrescato, ò almeno fresco; quasi che vogliano imitare quel volgato detto. *Video meliora, proboq; Deteriora sequor.* ò vero vogliano, che noi restiam capaci, che loro non sãno quel, che s'habbiano ò negato, ò affirmato. Vedete dunque che giuditio, e quanta diligenza hãno posta gl'huomini in farsi cognoscere, e nominare, hauendo posto nel Mondo vn paradosso, che finalmẽte si accorgano, che molto meglio era il tacere che l'aggirarsi circa l'opinioni, e cõclude re poi il contrario; ma Io so di opinione, che a questi si debba hauere qualche obligo: poiche ci hãno fatto cognoscere il bẽ dal male; e come diceua Aristotele de i Filosofi antichi, i quali hauendo ventilato molte, e diuerse opinioni circa i princi pij; questo fù causa, che si trouò la verità; E Socrate in vna sua apologia concluse, che *delettabilia non perfette cognoscũtur, nisi & apponantur tristia, & bonum non nisi per malum*; e da questo è venuta vna volgata propositione, che dice, *contraria iuxta se posita magis elucescunt*, e però hauendo detto loro; e detto Noi, ciascu-

no il parer suo, Chi è capace di ragione potrà eleggersi per se il meglio, & il simi le persuadere ad altri; e poi perche si suol dire, che ogni vno và con il suo senno al mercato, dico, che ciascuno può pigliare quel che gli piace, essendo che il far proua di ber caldo in sanità non puo costare altro, che la vità, e la vita per vna volta ogni vnò la può pagare, e per abusó in poco tempo perderla.

Segue il rinfrescare con altre belle considerationi. Cap. XXXIIII.

SI è detto del rinfrescare nella neue, e di sua non mediocre eccellenza, & in fatti, si per ragioni, e autorità, si per antichità, & vso de gl'huomini grandi, e di rispetto si è lodato più de gl'altri. Ma mi dirà qualche gentile, e ben'accorto giouane, che non tutti possano, ne deuano fare vita da Prencipi; e non hauendo loro tanta briga, e fastidij di gouernare, e ministrare ad altri, non si curano di bere rinfrescato con neue; e tanto più che non vi è la necessità, ne meno la consuetudine; & per ber fresco a satietà gli basta di bere rinfrescato ne gl'altri modi, cioè ne i pozzi, & all'aria, come si è detto. A questo si

sto si risponde concedendo, e di più esortando, che si rinfreschi in questi altri doi modi ancora, purche i vasi & l'acque doue si rinfresca siano buone, e parimente l'aria per rinfrescare, non sia vitiata ne fetida; & queste vsanze di rinfrescare, si costumano assai ne i nostri paesi, doue alcuni pongano le truffe, ò vasi di vino ne i pozzi, ò cisterne benissimo chiusi, & pieni al tempo de i gran caldi per tre, ò quattro hore, & poi venuta l hora della mēsa, si accommodano le tauole in qualche luogho arioso, fresco, e diletteuole, come ricerca il tempo dell'Estate; & dili a poco si cauano i detti vasi, e similmente tirano acqua fresca per adacquare i vini a bene, e placito per quattro, ò sei volte, e più beuendo cō ogni gusto, e piacere. Altri poi vsano di rinfrescare all'aria, cioè ne i luoghi sotterranei porui à rinfrescare tanto il vino, quāto i frutti, come anco ne i pozzi, ò cisterne appresso l'acqua, auertendo, che nō tocchino ne acqua, ne terra i frutti, e che siano interi, per nō riceuere qualche mala qualità, ò di terra, ò d'acqua; ch' in tal luoco si vengano a rinfrescare, si per esser contingue all'elemento freddo, si āco per trattenersi per qualche spatio di tempo, che l'vno, e l'altro insie-

me ha gran forza di rinfrescare, vno mediante il consenso, e l'altro mediante la quiete, che ha virtù di rafreddare, come disse Auicenna nella seconda del primo nella dottrina seconda nel cap. decimo secondo. *Quies semper est infrigidans propter priuationẽ viuificationis caloris, & propter costrictionem, quæ est suffocans;* & per hora di qnesto non voglio assignare altra ragione, se non che il caldo si riposa, e fa meno attione, onde si viene a indurre il freddo, & per consequenza le cose tanto animate, quanto inanimate mutano temperamento; & questo è chiaro, e certo a ogniuno, & Io ho visto molti di natura gracili, e secchi per la lunga quiete, & otio rendersi grassi, & consequentemẽte freddi; & cosi per il contrario n'ho visto molti grasʃi, che per la molta tollerãza, per il vitto estenuato; per i molti pensieri, e vigilie di alcuni giorni sono diuẽtati macilenti, é di temperamento caldo; se dunque queste tali alterationi se danno ne i viuẽti, che ragioneuolmẽte deuono hauere più reattione, tanto più douemo ciò confirmare nelle cose da mangiare, e da bere, che poca, ò nessuna resistenza possano fare da perse stesse, e gli è forza di rafreddarsi, e mantenersi vn pezzo;

Ma

Ma parrà forſi ad alcuno coſa ſtrana a ſentir dire, che le compleſſioni calde, ò fredde,humide,ò ſecche ſi poſſano traſmutare,e medicare sẽza corrottione del proprio obietto: tutto queſto appare per eſperienza, e noi per ragione lo prouamo, che vn huomo naturalmente malẽconico per via di buon cibi, di eſſercitio conueniente,per mutatione di aria, ſtando con l'animo allegro diuẽtarà ſanguigno, ò colerico, & il colerico con la quiete diuentarà ſanguigno, e ſe molto ſi allunga la quiete, ſi farà flemmatico;& coſi ſi vãno traſmutando mediante i cibi, il medicare, e cauar ſangue; e molti altri modi, che per breuità tralaſcio. Il medeſimo ſi vede nelle coſe minerali,che per arte chimica i metalli mutano cõpleſſione, e natura, che di piombo fanno argento, e di argento viuo fanno argento, & oro fino, e con il ſale,zolfo, e mercurio, quali vogliano, che ſia il principio, e la materia prima,e ſine qua non;fanno naſcere i metalli,e traſmutare tutte le coſe naturali: ma Io di queſto non ne ſo, ne voglio eſſer prattico, come per mia non buona ſorte. dicono,che di già era Luca Camaſſi mio Auo,detto il Tacito, il quale ſeguendo alle volte per ſua curioſità, e capriccio tal

mi-

mistiero, essendo mediocremente copioso di beni di fortuna, diuenne pouero; ma è ben vero, che con alcuni liquori, come dire oro potabile, & altri distillamenti, preseruò la sua buona temperatura in tal modo, che per quanto io trouo ne i ricordi di mio Padre, visse cento quattro anni sempre sano, e morse per risolutione, e però per arricchire d'oro, e d'argento; se non concluse egli inscriptis, concludo io per lui nelle mie lettioni vniuersali di studio, esortando gli scolari con queste parole. *Arti chimicæ opera non est danda, non quia non sit vera, sed quia est tantæ difficultatis, vt vtilius sit illam omittere, quam exercere; scio enim multos, & illos quidem ditissimos ad maximam inopiam redactos esse eo quia exercentes hanc artē cōsequti sunt fortasse semel, quod sibi propositum erat, deinde nunquam potuerunt assequi; quia maxima cum difficultate tā multa possunt concurrere, quot requiruntur ad inducendam auri materiam artificialem; & non valet, quod sicut fieri potest, vt arte generentur animalia, vt mures, & scorpiones, ita aurum, & argētum propter dictam causam*. Per la qual cosa è molto meglio non far tal professione, & attendere all'altre arti più certe,

che

che per la maggior parte hanno il lor fine, che a questa, che rarissime volte ho inteso hauerlo hauto, e coniecturo non poter hauerlo se nõ per abattebis ò vogliã dire a sorte, merce le molte cose occulte, e nascoste dalla Natura; giudico bene, che. Questi Professori Chimici (che Filosofi tra di loro si chiamano) debbano esser honorati, e laudati grandemente; poi che con tai mezi hanno trouata la quinta essenza di tutte le cose, e con tanti stillationi minerali, e mezi minerali, acque, olij, semi, succhi, e pietre hanno allargato il campo del medicare, & riempito il mõdo d'infiniti secreti, e medicine a i tempi nostri molto approuate; si che si può credere, che si come tutte le cose mediante il fuoco, & arte si vanno trasmutando, cosi le cose naturali mutano a luogho, e tempo temperamento; onde nõ è fuor di proposito a credere quel, che si vede; che il vino, ò frutti, e qualsiuoglia altra cosa riposta, e situata in luogo freddo venga ad alterarsi, rafreddarsi, e conseruarsi. Tutto questo vien benissimo osseruato nella neue, la quale vedemo annuatamente che, chi la vuole hauere l'Estate, gli fa di mistieri conseruarla in parti fredde, e secche, essendo che il caldo, e l'humido siano

suoi

ſuoi diretti cõtrarij; ma molto più il ven to Auſtrale,che per lo più ſpira dalle parti Maritime,che ſono calde,e humide; e per far queſto è neceſſario, hauendo prima il luogho appropriato,e capace,di fare vn ſolaro di tauole eleuato qualche poco da terra a giuditio de chi lo fa, affinche volendoſi qualche parte più humida ſcolare,e riſoluere in acqua, non habbia facultà di corrompere l'altra, e forſi per contatto il tutto: Si che fatto il ſolaro, come ſi è detto, ſi ha da pigliare buona copia di neue,& calcarla bene, e poi coprirla di ſopra di foglie di quercia;ma la paglia non ha pari per conſeruarla, del che ci fa fede Aguſtino Santo, quãdo diſſe,ragionando dell'omnipotenza d'Iddio, Chi ha dato virtù ſi fredda alla paglia di conſeruar la neue,& anche chi gli la dette ſi calda di far maturare i frutti colti acerbi,& immaturi.Queſto ſi ſa per eſperiẽza che la paglia ha l'vna e l'altra virtù,e però il Prouerbio dice cõ il tẽpo,e cõ la paglia ſi maturano i ſorbi. La pagli a dunque,per eſſere di natura fredda, e più la minuta detta pula,ò riſca, che eſce dalle ſpighe del grano, per eſſer più adherente ho veduto vſare per conſeruar la neue in luoghi freddi,e ſecchi,vicini à terra, e s

Altri haueſſero meglior modi potrãno ſer uirſene, purche reſti per i tẽpi, che ſi deſidera. *Nos non curamus de modo dũmodo habeamus effectum*; So ben queſto, che è coſa contro ordine di natura, & quaſi miracoloſa, per i tempi caldi dell'Eſtate ſaper conſeruare la neue ſtudioſamente, & a bella poſta per beuer freſco per i ſuoi curioſi, e per quelli, che hanno careſtia di buon acque freſche, e ben conditionate, come ſi è detto, e ſi ricerca: & queſto baſti circa il ber freſco. Si è dunque detto dell'acque, della natura, bontà, e proprietà dell'acque, della neue, e come ſi genera, e che vtile apporti, e de i modi di rinfreſcare i vini, & i frutti per i tẽpi dell'Eſtate, quãdo a pena ſi può viuere da i gran caldi, e finalmente ſi è concluſo con buone ragioni, che il reggimento dell'Eſtate deue tendere al freſco più, e meno ſecondo i luoghi, le compleſsioni, la conſuetudine, & età; e perche qualche bello ingegno leggendo il mio diſcorſo potrebbe calunniarmi con dire, che vi ſono introdotte molte digreſsioni, e qualche altro capriccio oltra è fuor del noſtro proponimento. Sappia queſto gentile ſpirito, che la cauſa principale di queſto fatto è ſtata la lunghezza de i giorni eſtiui, e per fuggir

l'otio

l' otio,ſtando ritirato in caſa, per non po-
ter praticare dal caldo a viſitare gl'in-
fermi, che la matina, e la ſera per il fre-
ſco,ſoglio riuedere;a tal che ſe vi è qual-
che digresſione,o capriccio(bēche ſpero,
che non ſarà affatto inutile) o forſi erro-
re di opinione *(quādoque enim dormitat bonus Homerus)* mi ſi potrà da i giuditio-
ſi metter legitima ſcuſa, eſſendo ciò fatto
per paſſare il tempo non al tutto in dar-
no. In quanto poi all'opinioni, il mede-
ſimo dico che per eſſere Io nell'età della
giouentù,e lontano dall'età di mezo,che
queſta ha l'intelletto più fermo per ſcri-
uer libri,e dare il ſuo parere; potrebbe eſ-
ſere,che io haueſſe errato nel primo par-
to del mio debole,e rozzo ingegno; e ſa-
pendo, che ſi come i frutti naſcano acer-
bi, e poi ſi fanno maturi,e giocondi , coſi
l'ingegno di ciaſcuno ogni giorno ſi va di-
ſponendo meglio; e ſapendo anco,che al-
cuni Autori in progreſſo di tempo hanno
hauto opinioni contrarie ; tutta via pa-
rendomi di hauer parlato con fondamen-
ti,finito il diſcorſo,mi parue vtile, e gio-
condo il frutto, che da quello ſi poteua
raccorre;e coſi m'impreſsi nella mente,ò
intelletto di nō hauere a diſdirmi,ne mu-
tare opinioni,& hoggi,Io più , che mai ſo
di

di questo parere; Prego dunque ciascuno, che mi legge, ò sente, che voglia pigliare ogni cosa in buona parte; e come si suol dire, pigli la rosa, e lasci star la spina: poi che l'intento mio non è stato si non di giouare al prossimo, se ben poco vaglio; & in gratia di quello mi so affaticato, ne mai mi trouarò, almen con l'animo, stanco, doue io potrò pensare di giouargli; e se questo Discorso estiuo conoscerò essergli stato grato, pigliarò animo, e piacendo a Iddio di prolungarmi la vita, ritirãdomi in me stesso discorrero sopra l'altra stagione dell'anno da i tempi freddi; Affin che ogni vno possi più, che si può preseruarsi in sanità, & per il tempo dell'Estate concludo il discorso nel sequente Capitolo circa il reggimento del viuere, e saper conseruarsi, e preseruarsi da tempi caldi

Reggimento dell'Eſtate circa le coſe non naturali Cap. XXXV.

PER compimento di queſto noſtro diſcorſo non meno vtile, che diletteuole, faremo vna raccolta delle coſe più principali ſodette, epilogandole ſecondo il numero delle coſe da i Medici dette nō naturali, che ſei ſono numerate da Auicenna nella prima del primo; e tutte queſte le terremo per oſſeruationi, & auuertimenti, ſe habbiamo fantaſia d'inuecchiare, e viuer ſani, ſuppoſto ſopra il tutto il voler d'Iddio.

La prima, e principal' oſſeruatione è queſta, che qualſiuoglia huomo, che deſidera viuer ſino al predeſtinato punto, e cōſeruarſi in ſanità perfetta, deue principalmente, per reggimento di quella eleggerſi buon'aria, pura, e chiara luccida, per propria natura, fuggēdo l'aer torbido, tenebroſo, groſſo, & infetto, vicino a ſtagni, paludi cauerne, che del tutto è contrario al buono, e che produce cattiui accidenti, ò che ſia per propria ſoſtanza, ò ꝑ accidēte, & eleggaſi chi può buon aere, che queſto non ſol conſerua la ſanita, e prolunga la vita, ma chiarifica i ſpiriti, purifica il

ſangue

ſangue rallegra il cuore, conſerua il buon temperamento, e tutte l' attioni rēde agili, dal che naſcano mille, & infiniti beni; ma per l'Eſtate non ſi può trouar meglio del aria freſca, ò almen temperata, cioè, che il giorno nō ſi ſcaldi troppo, e la notte di ſouerchio non ſi raffreddi, che quando foſſe tale, dice Ariſtotele non poterſi trouare il meglio per viuer ſano, & auiuare molto l'ingegno; l'aria poi groſſa torbida, piena di vapori, e facile à corromperſi, ſi deue fuggire, & andare ad habitare luoghi alti; imperoche l' aria cattiua non ha virtù di conſeruare, anzi mediante la reſpiratione corrompe il calore, e gli ſpiriti vitali riſedenti nel cuore, i quali dal cuore per l'arterie ſi diffondano per tutto il corpo di coloro, che ſi fermano in ſimil aere. E perche ſemo nel ragionamento dell'Eſtate, ſi deue fuggire l'aria troppo calda, che rilaſſa, & indeboliſce le virtù, e facultà naturali, fa troppo ſudare, diminuiſce l'vrina, impediſce la digeſtione, che è principio vniuerſale di tutte quaſi l'infermità, e da cattiuo principio non ſi può ſperar buon fine. Fuggaſi parimente l'aria molto humida, e ventoſa, imperoche in tal luogho non rieſcano gl'ingegni eccellēti, eſſendoui infermi

gli ſpiriti,ne meno vi dureranno i corpi
& maſſime nell'Eſtate, che ſuol parturi-
re molti mali effetti,e fuggaſi sẽpre l'aria
della notte, che è molto cattiua; queſta
principalmente toglie la quiete del cor-
po,impediſce,la concottione,empie il ca-
po di humidità diſponendolo a catarri,
diſtillationi,e dolori,e finalmente accele-
ra la morte. Ma per non togliere affat-
to a i Giouani queſta licenza,eſorto, che
ciò lo facciano rare volte, & che vadino
con la teſta, & il reſto del corpo ben co-
perti,affinche l'aere notturno non gl' of-
fenda; e che il piacere di caminare doi ò
tre hore, che è error piccolo non diuenti
grãde, e mortale;l'aria poi del giorno ha
da eſſere ſottile, e pura, e che declini a
vna moderata frigidità. In quanto al ve-
ſtire, i primi panni deuono eſſere di lino,
per hauere in ſe qualità fredde, & di ſo-
pra non douerebbe vſare altro,che ſeta,
che queſto veſtire non infiamma il ſan-
gue,ne infuoca il corpo; ma perche tutti
non poſſano,ne deuono veſtire di ſeta;pe-
rò ſi da per regola generale, che i panni
per i tempi caldi hanno da eſſere ſottili,
e leggieri;affinche le parti cutanee, e con
ſequentemente l'interne nõ vengano a ri-
ſcaldarſi. Il giorno(ſe i raggi del Sole lo
per-

permettano) è bene, che le fenestre stiano aperte, accioche l'aria possi espirare, e trapassare; che in quei tempi essendo agitata, ò naturalmente da vn vento moderato, ò artificiosamente dal flabello, ò vẽtarola, quest'aria si può dire la consolatrice de gl' infocati petti: ma il meglior rimedio non si troua per viuer sano, per quelli, che non sono alleuati in certe delicatezze, quanto assuefare il corpo a tutti i venti caldi, freddi, humidi, e secchi; e di questo ci fa fede indubitata la ferma sanità de i contadini, e robustezza de pastori, i quali facendo cattiua vita, dormendo in sù la paglia, il più del tempo dell' anno vestiti al sereno, al Sole, al freddo, & all' acqua, godano nondimeno vna felice sanità; il che nasce per hauer fatto amicitia con tutte le qualità dell'aria, onde la natura di niente si spauenta; ma quelli, che sono assuefatti a viuere ciuilmente, & in delitie, hanno da viuere con cura, e regola, & osseruare, che il Sole, il caldo, il freddo, il sereno, il vento non gl'offenda, che in breue s'infermano, e in quattro giorni muoiano senza resistenza alcuna, del che s'affliggono i Medici, si essercitano le cãpane, & i Preti, e Frati si rallegrano.

LA seconda osseruatione è circa il bere, & il mangiare. L'huomo supposto, che sia sano, non si deue mettere a mangiare, se non è escitato dall' appetito naturale, & subito che l'appetito vero l'inuita (il che sarà in certa hora ordinaria) si risolua di mangiare; e che non beua sin tanto, che non ha fatto vn poco di fondamēto col cibo; beuasi il vino fresco, ò rinfrescato, e cō acqua chiara, e fresca temperato, secondo che si è detto; hauendo l'occhio alla consuetudine all' età, & al luogo; e che il numero del bere non sia fuor d'ordine; onde il Cōcilio Nanetense per rimediare all' abuso del bere, ordinò a i Clerici, che non beuessero a pasto più di tre volte, come appare nel Canone. Quando. Distintione 44. sotto queste parole, parlando a i Clerici, i quali, essendo inuitati, cōuengono alle volte a far la fraternità. *Cū charitate in domo fratris sui simul cum fratribus panem frangant, & singulum singuli bibere faciant, & maxime vltra tertiam vicem poculum non cōtingant*: ne per altro fù dannato quel volgato detto in questa materia di bere, il qual dice, *Primum potum bibe totum, secundum vsque ad fundum, tertiū bis medium, quartū sicut primū, sic debes bibere vinum.*

vinũ;se non perche pareua, che fauorisse l'imbriacarsi, il che è vitio grandissimo, e Chrisippo lo chiama piccola pazzia, e Socrate lo soleua dire volontaria stoltezza, per la qual cosa si deue fuggire il molto bere il vino, & osseruare, che il bicchiere nõ pasʃi il cõtenuto di otto, ò noue oncie, & in tutte le volte a vn pasto non si passi doi libre, di bere di dodici oncie per libra, e poco più alle volte e poco meno secõdo le nature, e complessioni de gl'huomini, la quantità, e qualità de i cibi, la stagion dell'anno, e la vera sete; schiuasi dunque il molto bere; Si come anco il molto mangiare; anzi vuol' essere, che sempre auanzi vn poco di appetito; affinche il cibo meglio si radduni nello stomaco, e si concuochi; pigliando essempio da vna pignatta, ò pentola piena di carne, ò di legumi, i quali posti al fuoco per cuocerli, vediamo più presto, che si arostiscano, & abbrugiano, che perfettamente si cuocano, e però Ouidio si lasciò intendere con questi versi, che chi ha da bere, beua con arte.

Qui sermone placet, taciturna silẽtia vitet
Qui canit, arte canat, qui bibit, arte bibat.

Il giorno poi nel feruore del caldo chi ha sete, può beuere vn tratto di acqua fresca

ſemplice,ò meſcolata con giulebbe roſato,ò violato, ò vino ben freſco, & adacquato,e molto più per quelli,che ſono di temperatura calda; ma per lo più fra vn paſto,e l'altro è molto meglio, e ſalutifero non mangiare,e non bere; imperoche mentre nello ſtomaco ſi miſticano coſe crude,e cotte inſieme,s'impediſce, e turba il cõcuocere,e ſi genera ventoſità;& altri mali, onde Auicenna nel primo libro nella 3. fen doctrina 2. cap. 7. diſſe *quod enim in corpore eſt deterius, eſt nutriens ſuper nutriens quod non eſt digeſtũ mittere*,e però ſi deue aſpettare, che ſia fatta la digeſtione,che communemente ſi fa in ſette, ò otto hore ſecondo le compleſſioni,robuſtezza del corpo,età, & altre coſe,che vi ſi ricercano per farla buona. In oltre ſi ha da oſſeruare, che le viuãde ſiano calde honeſtamente, e che l'ordine de i cibi non ſi confonda; ma che precedano le coſe liquide,e di facile digeſtione, come c'inſegna Galeno nel cap.de i prugni, doue da vna regola generale,che tutte le coſe, che ageuolmente ſi disfanno nello ſtomaco ſi deuano ſempre mangiare in principio,e gl'altri cibi, che ſono di ſoſtãza più dura,e più ſoda, e di groſſo nutrimento, ſi deuano mangiare dopò; la cui
ragione

ragione è, che facendo al contrarario, i primi, cibi ſe foſſero per natura duri, auā te che foſſero cotti, gl'altri più facili, e teneri ſarebbono di già affatto corrotti. Si poſſano, e deuano vſare i frutti freſchi, che ſiano maturi, ò proſſimi alla maturità, che in tai tempi ſono lodati per i colerici, e ſanguigni, & a i faticati preſtano vtile, e non mezano diletto; e ſi deuano mangiare in principio della menſa, come i poponi, fichi, & vua, e ſimili, ſi bene alcuni dopò ancora, ma mediocremente, come i Meli, e Peri, e Perſichi, ſopra i quali non ſi deue bere molto vino, per hauer loro in ſe non ſo che del vinoſo, ma biſogna vſargli cō molta cōſideratione, & in particolare i perſici, e peri, i quali ſe ſi mangiano sēza ordine, e modo, ſpeſſe volte ſono cauſa di febri peſtilenti, febri acute cō petichie, e morte, e coſi per il cōtrario ſe ſi mangiano con modo, e miſura accreſcano il guſto, e fanno gioуamento notabile. In quanto a i perſici ſono di doi ſorti ò ſi ſpiccono dall'oſſo, ò no, i primi ſi deuono mangiare auante gl'altri cibi, attento che eccitano l'appetito, & il corpo ſi rende lubrico ſoprabeuendo il vino odorifero, e generoſo. Quelli poi da i quali non ſi ſpica l'oſſo, deuono mangiarſi dopò paſto,

che confortono la bocca dello ſtomaco,e ſigillano la menſa, beuendo vn poco di buon vino;e per fuggire ogni pericolo, ò accidente, che poteſſe procedere dal mangiare i perſichi,dicono alcuni, che mangiati i perſichi,auante che ſi ſoprabeua il vino,ſi deuono mangiare l'amãdole, cioè l'anime di quelli,e chi fa altrimente mangia il corpo ſenza l'anima,& Io ſoggiungo,che ſi ſe mangiaſſero dette amandole ſi correggerebbono i nocumenti di tal frutto,facendo altri buoni effettti,percioche amazzano i vermi,diſſoluono,la ventoſità,cõfortono lo ſtomaco,leuano l'opilationi del fegato,rompono la pietra ne i reni,e nella veſſica,e chi non voleſſe mangiare l'amandole,ſi può pigliare per auertimento ſicuro,che il mondare i perſichi, & infonderli nel vino puro per ſpatio di poco tẽpo è cauſa,che ſi emenda ogni lor malignità;imperoche per eſſere di natura ſpongioſi,e poroſi,tirono a ſe, & in ſe riceuono la miglior parte del vino,laſciando il reſto,come feccia, il quale per eſſer la parte peggiore,ſi puo buttar via; ſi come anco per non generar nauſea a chi lo beueſſe. Il ſimile ſi può dir delle pere,imperoche mãgiandole auante paſto poſſono generare dolori colici,ventoſità,e nuo

cere

cere assai a quelli, che patiscono difficol tà di vrina, e di renelle, il che si corregge mangiãdo quelle, che si stimono megliore dopò tutti i cibi con qualche poco di cascio vecchio, il quale emenda la freddezza di detti peri, e tãto più se vi si soprabeue il vino odorifero, ò biãco, o rosso, che tant'vno, quanto l'altro corregge la malignità loro, la quale consiste in certa frigidità, e siccità in loro innata. Il vino dunque, parlando in generale, si deue bere co i frutti, e sopra bere per ogni buon rispetto; e per concludere in vna parola tutto il reggimento dell'Estate, dico, che per tutto cotal tempo si deue stare a mangiare in luogho allegro, e fresco, e nell'hora più fresca, come concluse Auicenna nel libro 1. fen 3. Doct. 2. cap. 7. *Et in Estate quidem melior comedendi hora existit, quæ est frigidior*; è circa il mangiare è necessario astenersi, e schiuare tutti i cibi viscosi, tenaci, flatulenti, di difficil digestione, e di nutrimento esiccatiuo; & vsare quelli, che sono di natura a questi contraria, come sono i cibi di buon succo di sostanza tenue, e delicata, facile a concuocersi, e di nutrimento humettatiuo, e rinfrescatiuo; il che senza replica alcuna si deue fare non solo per gusto, e pia-

cere

cere, ma per vtilità; poiche da questo si ri
moue la stanchezza de i membri, che me-
diante il gran calore, e siccità de i tempi
si vanno rilassando nō poco, e per copio-
so sudore si risoluano.

LA terza osseruatione è circa il dor-
mire, e vegghiare; & questo merita-
mente, e per ordine di natura; atteso che
il cibo si piglia per digerirlo, & digesto si
conuerta in sostanza del corpo; e perche
tal digestione si fa meglio mentre si dor-
me, per essersi riconcentrato il calore na-
turale; però dopò il mangiare diremo del
dormire, il quale si deue fare di notte co-
minciando doi hore dopò cena, che que-
sta, e la megliore hora, come hanno detto
tutti i Filosofi concordemente, per dare
al corpo quel tanto di quiete, che è con-
decente, si per riposo del corpo, e sua con
seruatione, come dottamente cantano
questi versi.

*Quod caret alterna requie, durabile non
est*
Hæc reparat, vires, fessaq; membra nouat.

Si anco per celebrare più perfetta dige-
stione, la quale per tre cause si dice farsi
megliore al tēpo notturno, la prima è la
frigidità dell'aria, che è causa, che molto
più

più si concuoce il cibo, che nell'aere caldo per la sua antiparistase. La seconda causa è la tranquillità dell'animo, il quale è più occupato il giorno da i negotij occorrenti, e da i fastidi dell'animo, e del corpo, che la notte, per il che Aristotele si mosse a definirla per impotenza de i sensi. La terza è il silentio della notte, che è cagione, che il sonno non s'interrõpe. In quanto al sito mentre si dorme, si deue stare con la testa vn poco alta per rispetto del catarro, & abhorrire le piume, e dormire sopra i lati tanto quanto basta; seruendosi sempre la consuetudine, se però non fosse praua, e la mediocrità come mostra il verso.

Vtilis est requies, sed cum moderamine cuncta.

Schiuasi dunque il sonno lungo, e molto più cõ la cattiua positione di stare sopra il dorso, che oltra i molti mali è causa, che si riscaldano i reni, & i vasi spermatici, & indi auuiene, che il seme si liquefa, e si causa pollutione: e sopra il tutto si stia leggiermente coperto di panni, & il simile si osserui nella vigilia per consiglio d' Hipocrate ne gl'aforismi, quando disse, *si somnus, & vigilia vltra modum eccesserit malum*. Il sonno troppo lungo rende

de stupidi i membri, & inhumidisce super fluamente tutto il corpo, & la lūga vigilia è causa di delirio, & esicca più del douere il corpo, e però Hipocrate diceua, *Vigiliæ sunt edaces*, generando continue crudità, come disse l' istesso Hipocrate 2. *de ratione victus in acutis. Vehemens vigilia tum, cibi tum potionis cruditatē efficit*. Snerua le facultà naturali, induce cattiuo colore, & Io ho visto alcuni, che per hauer perduto il sonno vna notte sola, si sono sentiti il giorno mezi morti; è cattiua dunque quella vigilia, che toglie affatto il sonno; si come interueniua a Galeno forsi per il troppo studiare; & raccō ta di se nel libro de i medicamenti semplici, che ogni sera dopò cena mangiaua vn insalata di lattuca tal volta forsi aromatizzata con alcune spetie calde, come solemo ordinar noi, per non offendere i nerui, e ciò faceua per prouocare il sonno, a imitatione d'alcuni antichi, come riferisce Plutarco; e più chiaramente di lui lo dechiara Martiale in vn suo Distico.

Claudereq; cœnas lactuca solebat auorū
Dic mihi, cur nostras incboat illa dapes?

Aggiungendo a questo che Galeno, diceua, hora, che so vecchio, ho di bisogno del sonno, e mi conferisce quel humidità, che

che suol prestare il sõno a i corpi per natura secchi, ò per età cosi fatti; ne per altro effetto, credo Io, che l'istesso Galeno ci riduchi a memoria quel verso di Homero registrato nel quinto de sanitate.
Vt lauit, sumpsitq; cibũ, dat mẽbra sopori.
Per i quai vecchi si loda il sonno honestamente lungo, e qualche cosa di più, si come anco il sonno del mezo giorno, e chi vuol sapere, e leggere questa materia più diffusamente, e con le conditioni, che si ricercano, troui il capitolo intitolato del dormire, e dell'hora posto in questo libro a c. 129. doue resterà poco meno, che sodisfatto, per le molte autorità addotte, e di commun consenso approuate.

LA quarta osseruatione è circa il moto, e la quiete; doue anderemo osseruãdo, che il moto corporeo, essercitio detto, non è ben fatto subito, e dopò pasto, dico tanto dell'essercitio corporale, quãto animale; imperoche il meditare, contemplare, lo studiare in quel subito cose difficili, riempie la testa di vapori, e di fumi eleuati dal calore dello stomaco carico di cibi, & impedisce la memoria della sua facultà ritentiua, & oltra di questo nuoce alla vista, & alla digestione. L'essercitio

ſercitio poi corporale ſia moderato auã-
te il deſinare,che conforta il calore,& in
duce buon appetito; la ſera ancora dopò
cena è molto lodato,che conforta, e ral-
legra tutti i membri , & infinitamẽte gio
ua alla memoria,e non vi è coſa, che più
gioui a tutto il corpo,quanto in tal tem-
po lo ſpaſſeggiare in luoghi aperti , &
arioſi, & viuere allegramente , e per non
parere, che Io mi ſia dimenticato di quã
to,ſi hà da fare dopò il deſinare; dico fon
datomi nella commune opinione de i Me
dici, la quale dicono i legiſti , che ſcuſa i
Giudici da ogni incommodo, e dallo ſtar
ſindicato,il che vorrei,che interueniſſe a
me,dato che ſarà in luce queſto diſcorſo,
nel quale tutto quello ,che ſi è detto giu
dico hora eſſerſi detto con fondamento
della opinione commune,la quale tiene ,
che dopò il deſinare ſi debba ſpaſſeggiare
alquanto, acciò i cibi più facilmente de-
ſcendanõ nel fondo dello ſtomaco, & me
glio ſi preparino alla digeſtione, & fatto
queſto per ſpatio di poco tempo , ſia di
miſtieri poi di trattenerſi,e quietarſi con
l'animo, & con il corpo conforme a quel
detto. *Poſt prandium ſtabis,poſt cęnam
ambulabis*. Fuggaſi l'otio,e la lunga quie
te, che in breue tempo rende gl' huomini
caco-

chacochimi, cioè, ripieni di humoracci, il colore del viso si fa citrino, & impuro, e tutte l'operationi si rendano offese; anzi Auicenna nella terza del primo disse, che chi fugge il moderato essercitio, spesse volte incorre nella febre hetica; in somma l'essercitio moderato non permette, che gl'humori, e superfluità si adunano, anzi continuamente si vanno euacuando, e da questo ne succede, che tutte le concottio si rendono perfette, dal che ne segue l'augumento de i membri, e proportionatamente s'ingrassa tutto il corpo, & acquista vn habito, ò dispositione, mediante la quale tutte l' operationi de i nostri corpi si rendano sane. Il medesimo conuien fare nell'essercitio animale, cioè deue farsi moderatamente, & a digiuno; & ragionando Cicerone in questa materia c' insegna nel 4. del Toscul. che il disordinato modo di viuere è nociuo all'intelletto ancora, & eccoui le sue parole. *Mente quidem recte vti non possumus multo cibo, & potione repleti*. se poi parlamo dell' hora di studiare diciamo, che il meglior tempo è la mattina circa ortum solis, ma molto meglio è nel aurora, secondo quel detto Aurora est amica Musis; conuiene anco la sera doi hore auante cena. Si può an-

co

co studiare il giorno doi hore dopò mezo giorno, per ritrouarsi il sole in mezo del Cielo,& in casa della sapienza; ma men tre si studia le lettioni,& altre cose di difficile apprensione,& intelligenza,ò si fanno atti di memoria, e che l'animo si affatighi,in tanto bisogna quietarsi cõ il corpo; percioche cattiua è la fatica del corpo,peggiore è dell'animo, pessima è dell'vno, dell'altro insieme; & a confirmatione di questo Aristotele ne i suoi scritti ci lasciò questa memoria. *Anima sedendo, & quiescendo fit sapiens, & prudens.*

LA quinta osseruatione è circa l'euacuatione, e retentione de gl' escrementi,e qui bisogna stare molto auuertito imperoche l'vno,e l'altro nuoce,quãdo sono immoderati;essẽdoche da questi le virtù del corpo si fanno deboli, & il corpo si dispone,e prepara a più infermità;sforzasi dunque ogniuno a fare tutte le vacuationi del corpo ogni giorno per la bocca, per il naso,orecchie,per vrina,e per secesso, volendo sotto questi essempi numerare,e rinchiudere ogni sorte di euacuatione,ò critica ò sintomatica,ò artificiale come il pettinarsi la testa ogni mattina, e spesse volte farsi tosare;percioche il portare

tare i capelli più presto corti, che altrimē te, e gioueuole; & Auicenna dice essere cō tra l' humore malenconico. Parimente colui, che si sentirà lo stomaco aggrauato per il cibo; all'hora, & in quel caso deue stare vn giorno naturale a non cibarsi, ò vero per seruitio dell'anima, e del corpo, pigliarsi vn giorno di digiuno la settimana. Il che si racconta hauer fatto in vita sua l'Imperatore Aureliano, il quale visse sessanta anni, e mai prese medicina alcuna, essendo di parere, che la Natura nostra vuol'essere ben gouernata, ma niente medicata, onde ogni anno andaua al bagno vna sol volta, ogni Mese vomitaua vna volta, ogni settimana si asteneua di mangiare vn giorno, & ogni di passeggiaua vn hora auante mangiare. Si che per fuggire il pericolo di qualche corrottione, si deue, ò prouocare il vomito, ò cercar di maturare quelle crudità, che alle volte si generano nello stomaco con rimedij; ma l'astinenza è vn rimedio molto sicuro, e purga vgualmente tutto il corpo, leuando la nausea allo stomaco, e digerendo gl' humori grossi è causa, disse Auicenna nella terza del primo, che non soprauengano le gotte fredde, grossezza di milza, mal de reni, & altre infinite in

Q fermità

fermità flematiche, come la causa di tanti mali si è accennata nel proemio di questo discorso; e però Io dirò in tre parole, Chi vuol viuer sano, pigli vn buon pasto, vn piccolo, e vn mezano; e fugga il disordine del viuere, sì nella quantità, qualità, come anco nell'ordine per poter poi euacuare honestamente, e senza molta fatica del corpo. Ne si deue lamentar punto Colui, che ha le sue purghe hemoroidali, poi che tale euacuatione gl'è vtile, che purga l'humor malẽconico, sgraua la milza, prohibisce la pontura, o mal di costa, vieta l'infiammagion di polmoni, non si adunano i catarri, ne si generano alcuni mali, come insegna Hipocrate nel 6. del epid. nel 3. libro afor. 29. *Quibus hæmoroides profluunt, ÿ neq; pleuritide, neque pulmonis flegmonæ, neque fagadena, neq; furunculis, neque lepra, neque vitiliginibus albis laborant*, hauendo per prima detto l'istesso Hipocrate che l'euacuatione di sangue malenconico per le morice esser molto gioueuole a gl'affetti dei reni, & alla pazzia, *malenconicis, & renũ morbo laborãtibus hæmoroides succedentes bonum. Insanientibus si hæmoroides superuenerint, fit insaniei solutio.*

E sopra tutte le cose, che appartengano all'

all'euacuatione, si deue considerare, e fuggire il coito, ma molto più il superfluo, che è molto nociuo alla sanità, induce febri maligne, disecca il corpo distrugge il vedere, sminuisce la memoria, toglie a i giouani l'augumẽto de i membri, e di tutto il corpo, e finalmente abbreuia la vita; come tutto questo si vede per esperienza succedere ne gl' animali troppo deditti al coito, i quali non crescano, non s'ingrassano ne manco viuono lungamente: Ma per concedere tal volta al corpo vna debita euacuatione di tale escremẽto, che si genera nell'vltima concottione; dico che si deue vsare non secondo l'appetito carnale; perche si offende l'anima, & il corpo; ma legitimamente, e per modo di euacuare per reggimento di sanità; il che accẽnano questi doi versi registrati in Alesandro Afrodiseo. (*Ætus*

Alleuiat corpus coitus moderamine fa-
Quibus sit licitus, qbus nõ valde nociuus

Ma perche questo non è concesso a tutti
Ma solo a chi ha moglie per vn comandamẽto d'Iddio, il qual *dice nõ mecchaberis*, però la prouida Natura vniuersalmente ha ordinato la pollutione per lo più notturna inuoluntaria, la quale fa questo effetto secondo il detto di Horatio.

Nocturnam vestem maculat ventremq; supinum.;

Questa euacuatione ò diurna ò notturna, ò naturale ò artificiata per doi cause è stata ordinata dalla natura, vna è per cõseruatione del proprio indiuiduo, mentre si manda fuori il superfluo, che non si corrompi, e diuenti veleno a chi vi è vso. L'altra cosa è per accrescere, moltiplicare, & propagare perpetuamente le spetie de gl'animali nel Mondo; e per tal cause basta di vsarlo rare volte; e quando si vsa, proporsi bisogna auante a gl'occhi la dispositione del corpo, che non sia troppo pieno, ne troppo vacuo; e similmente i tẽpi opportuni, cioè eleggersi più presto la notte, che il giorno per più cause, che hora taccio, e più d'Inuerno, e Primauera, che di autunno, e di Estate, della quale volgarmente si dice, e con prudenza.

In questi mesi Giugno, Luglio, Agosto
Donna mia cara io non ti cognosco
Nõ ti cognosco, e me ne accorgo, e veggio
Che per toccarti ne succede peggio.

Si conclude dunque, che il coito sia bene di schiuarlo in tutti i tempi; ma molto più abhorrirlo ne i tempi caldi, che rilassa i mẽbri; e per fuggire l'occasione, fa di mistieri esser sobrio, e parco nel mangiare

cose

cose delicate, e di gran nutrimento, e nel bere il vino superfluo, il quale rallegra il cuor dell'huomo, e lo rende leggiero a cōcedere, e fare cose illeccite, come predicò San Paulo ad Ephesios cap. 5. *Nolite inebriari vino in quo est luxuria*: Si che per troncare tutte queste superfluità, eccoui l' astinenza per rimedio preseruatiuo, la quale fa gl' huomini continenti per poter contemplare, e casti per fargli viuere honestamente; imperoche *sine Cerere, & Bacco friget Venus etiam de mense Iulij, & sic suus inter Musas Cupido nō volat.* & a confirmatione di questo sentite l'auttorità di più scrittori. Scriue Santo Agostino in Can. Delitiæ dist. 41. *Sic, et vini moderatus vsus non est improbādus, non solum enim confert stomaco verum etiā ingeniū acuit*; l'immoderato poi farà tutto il cōtrario: e Plinio ancora ne fa fede con simil parole. *Nil corpori vtilius vino, si modus ad sit, nil pernitiosius si modus absit*. Lucano similmente nel lib. 4 Farsaliæ cantò questi versi circa l'osseruanza della parsimonia.

O prodiga rerum
Luxuries nunquā paruo cōtenta paratu
Et quesitorum terraq; mariq; ciborum
Discite quā paruo liceat producere vitā.

LA sesta, & vltima osseruatione, e circa le passioni, & accidenti dell'animo. Chi dunque desidera viuer sano, & hauer lunga vita sino al termine ordinato da Iddio Benedetto; facci pensiero di porre da parte tutti i fastidij, che hanno forza di turbar l'animo, come sono i pensieri malenconici, e l'afflittioni dell'animo; fra le quali è la tristezza, sdegno Ira, inuidia, la troppa sollecitudine nel trattare i negotij; che queste cose, & altre simili muouano gli spiriti senza ordine, e non lasciano fare la debita digestione; dal che ne segue l'infermità, e si accorta la vita: si suol dire per prouerbio, che vna libra di malenconia non cassò mai vn oncia di debito. E gl'è dunque perpetuamente da sperar bene in ogni cosa; e con prudenza, e fortezza vincere tutte l'auersità, e mai perdersi d'animo; percioche l'essere di buon animo, il rallegrarsi, e godere la giocondissima consuetudine de gl'amici più cari, è cosa incredibile quanta forza habbia contra le passioni dell'animo; per la qual cosa lasciando da parte Auicenna, Galeno, Hipocrate con tutta l'vniuersal setta de i Medici; e similmente passando sotto silentio Aristotele con tutta la grā caterua de Filosofi, i quali in questa mate

ria

ria di passion d' animo tutti hanno dato vna medesima sentenza, non posso fare di ricordarui quel gran dogma poetico cõtenuto in queste parole. *Morituros viuere vidi spe duce, Victuros spe moriente mori*, cioè ho veduto viuer molti, che erano in prossimo per morire per hauer loro hauto buona speranza di viuere; e molti morire, che erano per viuere, essendosi perduti d'animo, e con desperatione di viuere; & così l'immaginatione ha fatto il caso, mediante la congiontione dell' animo, e del corpo, la quale in vero, è strettissima, e grande; ma siami lecito dire, che se ben questi sono annessi, e ligati insieme, con tutto ciò l' animo ordina, e comanda come superiore, e cosa Diuina; il che anco conferma Aristotele nel 7. lib. delle sue morali a c. 452, doue disse, *Anima ad corpus se habet similiter, vt Artifex ad instrumẽtum, & Seruus ad Dominum*; e però non è merauiglia, se noi vediamo spesse volte in certa sorte d' huomini, che al comandamento dell'animo obedisce il corpo, cedono i membri, gli spiriti sono presti, e finalmẽte la propria Natura con il senso si sottomette al gouerno della ragione, ne gl' huomini però corraggiosi, & audaci, conforme al detto di Virgilio.

Audaces fortuna iuuat, timidosq; repellit
E ben dunque per conseruatione della sanità in tutti i tempi d'essere di buon animo, non temer la morte, e viuere allegramente, il che fa la buona conscienza: onde disse S. Gregorio. *Conscientia tranquilla iuge conuiuiũ*, & Salamone, disse, *animus gaudens ætatẽ floridam facit, spiritus tristis exiccat ossa*. ne per altro vn Sauio Greco proruppe in queste parole. *Nemo mortem metuat laborum terminum*, dal cui detto forsi il famoso Petrarca cauò questi tre versi dal Volgo spesso citati
La morte è fin d'vna pregione oscura
A gl'animi gentili, a gl'altri è noia,
C'hanno posto nel fango ogni lor cura
Per il che è sempre bene d'essere di buon animo, viuere con allegrezza honesta, e del resto perche siamo mortali, & in fatti ò vogliamo, ò non vogliamo, ci soprasta la necessità di morire, essendo cõposti di contrarij, & consumandosi di continouo l'humido radicale presto sopragiunge la morte, la quale, si vede, che tratta tutti egualmente, e ciò considerò vn elegante Poeta, e lo significò con questi versi.
Pallida mors æquo pulsat pede
Pauperum, tabernas, Regumq; turres.
Esorto ciascuno in vniuersale, & in partico-
cola-

colare, più presto hoggi, che dimane a raccomandarsi in tutto, e per tutto all'Onnipotente Iddio, come di già tāti secoli sono ci insegnò quel grandissimo Huomo Giesù Sidrac, quando ci persuase a tutti d'essere animosi, e timorosi d'Iddio, e ciò appare nel Ecclesiat. al cap. 38 con queste parole. *Filij in tua infirmitate ne despicias te ipsum, sed ora Dominum, & ipse curabit te. Auerte a delicto, & dirige manus, & ab omni delicto mūda cor tuū;* & questo non vien detto per altro, se non perche l'infermità il più delle volte vengano per i peccati nostri.

Si che per i bisogni del animo è del corpo bisogna ricorrere con grate preghiere all'aiuto dell'onnipotente Iddio, sapendo di certo Noi Christiani, che doue mãca la Natura, Egli supplisce con la sua omnipotenza, nelle cui mani sta la sanità del animo, e del corpo, la morte, e la vita de tutti i viuenti con ogni lor bene, come testifica S. Iacomo con queste parole. *Omne datum optimum, & omne donū perfectum descendit a Patre luminum.*

Ma eccomi giũto cõ l'intelletto sino al fine, e principio di tutte le cose, cioè al Monarca Onnipotente, la cui ineffabil grandezza, & infinita Sapienza, e bontà ne

gl'

gl'huomini ſpiegar, ne gl'Angioli in
tender poſſano; però con ogni af-
fetto di cuore lo ringratio de
molti benefitij fattimi, ſup-
plicando hora, e ſempre
ſua Diuina Maeſtà, che
ſi degni donarmi la
ſua gratia, e con
tal fine al mio
diſcorſo eſti-
uo ſilentio
Impon-
go.

*Deo Trino, & Vni honor, & glo
ria, & omnia ſub cenſura
Sanctæ Romanæ Ec
cleſiæ dicta ſint.
Amen.*

TAVO-

TAVOLA
DELLE COSE
PIV NOTABILI

Che ſi contengono nel preſente libro del Reggimento per l'Eſtate.

Beuer

Città

tri

Vino

Errori più notabili da correggersi oc corsi nello stampare.

✠ *A fogli 100. doue dice il sangue essere la vita, e l'anima propria dell'animale. corregasi così si dice essere la vita, e la sede propria dell'anima.*

✠ *A fogli 121. è necessario che si appigli a quello ch'hà dentro di se. correggasi così par quasi necessario.*

✠ *A fogli 188. trouò l'acqua solamente dalla conjettura del terreno pieno di herbe. vi si aggiunga. ma questo fù veramente miracolo come si legge nell'Exodo al cap. 17.*

✠ *A fogli 19. doue dice chi possede la sanità possede ogni bene in questa vita corregasi così chi possede la sanità possiede uno de gran beni di questa vita.*

Possede fogli 19. legge possiede. Viglie fogli 20. legge vigilie. lui fogli 27. legge egli. vagliano fogli 27. legge vagliono. deuoratrice fogli 30. legge diuoratrice. Sporchi fogli 45. legge sporche. cedano fogli 74. legge cedono. Vocabloo fogli 77. legge vocabolo. nel primo cap. fogli 77. legge nel secondo cap. Eccede queste male qualità fogli 71. legge eccede in queste male qualità. concludere fogli 90. legge conchiudere. morse fogli 110. legge morì rouersico fogli 132. legge rouerscio. abaondante fogli 145. legge abondante cal. fogli 147. legge caldi. propongano fogli 126 legge propongono. Giugnio fogli 148. legge giugno in huomine bene carnosi fogli 193. legge in homine bene carnoso. Butero fogli 146. legge Giouanne botero. Otnario fogli 232. legge ottuagenario. fra i prencipici fogli 168. legge frà Principi. la ua fogl. 224. legge la sua. nell'isola & altre fogli 145. legge nell'Italia.

Io Fra Benedetto Erculani Maestro in Theologia Inquisitore generale di Perugia, & Vmbria: ho veduto la sopradetta opera, & non ho trouato cosa contro la fede, & buoni costumi.

Fr. Benedetto Erculani *Inq.*

Io Vespasiano Crispolti Canonico della Cathedrale di Perugia ho reuisto il presente Trattato dell'Eccellente Dottor di Medicina il Signor Lucantonio Camaffi, & l'ho giudicato degno di esser messo alle stampe per publico beneficio; ne ho notato in esso alcuna cosa, che sia contro la fede Catholica: ne meno contro i buoni costumi, eccetto alcuni pochi errori, che sono stampati in faccia del presente foglio, & registrati con questo segno †

Io Vespasiano Crispolti, di ordine di Mons. Reuerẽdiss. Vescouo di Perugia.

REGI-

Registro.

ABCDEFGHIKLMNOP
QR.

Tutti ſono fogli intieri.

In Perugia.
Nella Stamparia AVGVSTA
Con Licenza de' S.S. Superiori.
L'Anno M.D.C.X.